Газета русскоязычного Детройта

DETROIT EXPRESS

Февраль 17, 2026 №4 (271) | DETROIT-EXPRESS.COM

Бесплатная газета с доставкой на дом!

Подписной купон внутри! Тел: 248.206.9707

ЖИВОЙ ТЕАТР.
ЖИВЫЕ ЭМОЦИИ. ОДИН ВЕЧЕР!
14 МАРТА В 6 ВЕЧЕРА

подробности на стр. 23

Доктор Сайед Мазхар
Специализация:
Семейная медицина.

Доктор Мазхар родился в Украине и свободно говорит на украинском и русском языках.

Образование

- Shifa College of Medicine, Исламабад, Пакистан
- Резидентура по семейной медицине — Detroit Medical Center, Michigan State University, Sinai-Grace Hospital

DOBRA
PRIMARY CARE & FAMILY MEDICINE

НАШИ УСЛУГИ

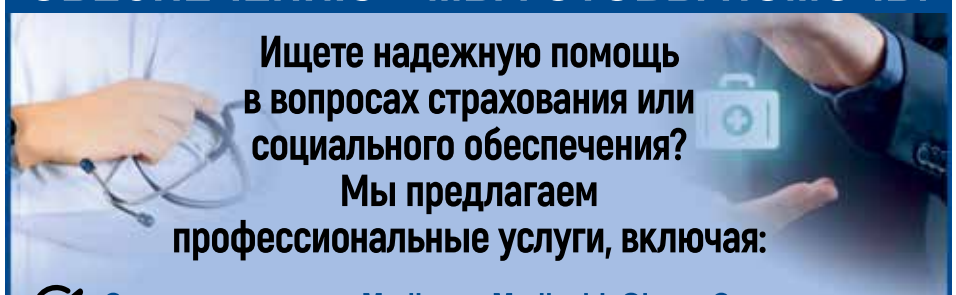
- Острые заболевания
- Ведение хронических заболеваний
- Детские осмотры и профилактика
- Анализы крови на месте
- Быстрые тесты в офисе

Позвоните и запишитесь на приём уже сегодня
info@dobramedical.com
+1(586)722-2865

Сканируйте QR-код

38300 Van Dyke, Unit 106, Sterling Heights, MI 48312

КОМПЛЕКСНЫЕ УСЛУГИ ПО СТРАХОВАНИЮ И СОЦИАЛЬНОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ – МЫ ГОТОВЫ ПОМОЧЬ!



Ищете надежную помощь в вопросах страхования или социального обеспечения? Мы предлагаем профессиональные услуги, включая:

- Страховые планы: Medicare, Medicaid, ObamaCare, страхование жилья и автомобиля
- Консультации по социальному обеспечению: Оформление Medicare и Social Security, помощь в получении пособий по инвалидности
- Нотариальные и документальные услуги: Нотариальное заверение, перевод документов, регистрация компаний
- Помощь с медицинскими счетами: Оспаривание медицинских счетов и обжалование решений Social Security и Medicaid

Профессиональная и надежная помощь

ЛЮДМИЛА НОВИКОВА
ЗВОНИТЕ 248-924-8480

RDR
REAL DEAL REALTY
КОМПАНИЯ, КОТОРОЙ ВЫ МОЖЕТЕ ДОВЕРЯТЬ!

WHERE AND WHEN YOU ARE MOVING IS MY BUSINESS!

ХОТИТЕ ПРОДАТЬ ИЛИ КУПИТЬ НЕДВИЖИМОСТЬ?

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!
248-495-1861

NATALYA TOLOMEI
OWNER / BROKER
natatrealty@gmail.com

САЙТ НА РУССКОМ И АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКАХ:
www.HOMEDREAMSNOW.com

ВЫ САМИ МОЖЕТЕ ОЗНАКОМИТЬСЯ С ОБШИРНОЙ БАЗОЙ НЕДВИЖИМОСТИ ПО ВСЕМУ МИЧИГАНУ!

(844) I-WIN-BIG
SIGAL
LAW FIRM

Automobile Accidents
Автомобильные аварии

Bankruptcy
Банкротство

20700 CIVIC CENTER DRIVE, SUITE 320, SOUTHFIELD, MI 48076
(248) 220-1234 • www.SIGALLAW.com
Мы говорим по-русски

РЕКЛАМА

BROKERED BY eXp REALTY

DMITRIY SELEKTOR Broker

Cell: **248-496-4080** Fax: **248-671-5212** Email: d-selektor@usa.net

101 W Big Beaver Rd Suite 1400, Troy, MI 48084

РЕЗУЛЬТАТ

ДЛЯ НАС ЭТО НЕ ПРОСТО СЛОВО, ЭТО НАША ЦЕЛЬ!

ГОВОРИМ НА РУССКОМ, УКРАИНСКОМ И ПОЛЬСКОМ ЯЗЫКАХ

GREGORY ZLATOPOLSKY

ATTORNEY & COUNSELOR AT LAW

30500 NORTHWESTERN HWY, STE. 500,
FARMINGTON HILLS, MICHIGAN 48334

TEL: **248.539.5600** FAX: **248.539.5700**

EMAIL: GZLATOPOLSKY@SBCGLOBAL.NET

Member of State Bar of Michigan
Oakland County Bar Association
American Bar Association
Association of Trial Lawyers of America
Michigan Trial Lawyers Association
Michigan Association for Justice

Адвокат предоставляет юридические и консультационные услуги в различных областях американского законодательства. Лицензирован в штатном и федеральных судах, включая федеральный апелляционный суд и апелляционные суды штата Мичиган.

PERSONAL INJURY
- Автомобильные аварии
- Несчастные случаи дома, в гостях, общественных местах и производстве
- Проблемы со страховыми компаниями

FAMILY LAW
- Разводы
- Брачные контракты

CRIMINAL LAW
- Все виды криминальных нарушений, включая воровство в торговых центрах и общественных местах

TRAFFIC / DUI
- Все виды автодорожных нарушений
- Вождение автомобиля в нетрезвом состоянии
- Вождение автомобиля под влиянием наркотических средств
- Восстановление водительских прав через суд и апелляционный отдел секретариата штата

BUSINESS LAW
- Юридическая поддержка бизнеса
- Дефекты продуктов и оборудования
- Трудовые конфликты

В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ

ПАУТИНА ДЖЕФРИ ЭПШТЕЙНА

Файлы, взорвавшие мир.

Все вокруг обсуждают файлы Эпштейна. Как не утонуть в этих бесконечных текстах? Попробуем ответить — насколько возможно коротко — на главные вопросы об этой истории. Прочитайте этот материал — и вы все поймете.

Кто такой Джеффри Эпштейн?

Джеффри Эпштейн — американский финансист. Родился в 1953 году. В 1980-е и 1990-е сделал карьеру на Уолл-стрит — как брокер, инвестор и управляющий капиталом. Начинал практически с нуля, а к концу 2010-х заработал около 600 миллионов долларов. Известен бурной светской жизнью: дружил со звездами, политиками и миллиардерами, встречался с моделями. С 1998 года владел островом Литл-Сент-Джеймс в Карибском море (в составе Американских Виргинских островов), где устраивал грандиозные вечеринки, куда съезжались многие представители мировой элиты.

В 2005-м Эпштейна заподозрили в растлении несовершеннолетней. После долгих разбирательств он в 2008-м признал вину в вовлечении несовершеннолетних девушек в проституцию и провел около года в тюрьме (подробности ниже). В 2019-м его арестовали по обвинению в торговле людьми, в том числе несовершеннолетними, с целью сексуализированной эксплуатации.

Через месяц Эпштейн умер в тюрьме в возрасте 66 лет. По официальной версии, он покончил с собой.

Как «файлы Эпштейна» вызвали мегаскандал?

«Файлы Эпштейна» — это материалы расследований в отношении Эпштейна и связанных с ним людей, которые вело ФБР. Это в том числе его записная книжка, переписка по электронной почте и в мессенджерах.

После ареста Эпштейна многие предполагали, что эти материалы содержат компромат на многих политиков, бизнесменов и знаменитостей. Особое внимание уделялось гипотетическому «списку Эпштейна», где якобы записано, кто из представителей мировой элиты пользовался услугами «девушек Эпштейна» (в том числе несовершеннолетних), которых он набирал по всему миру.

В связи с этой общественной кампанией американский конгресс в декабре 2025 года принял специальный закон, обязывающий министерство юстиции опубликовать «файлы Эпштейна». С тех пор ведомство в несколько приемов выложило в открытый доступ огромный объем документов — около трех с половиной миллионов страниц (последнюю партию — 30 января). Новых релизов пока не планируется.

Непубличными остаются около трех миллионов страниц. Кроме того, министерство юстиции США заявляет, что стремится защитить анонимность жертв. При этом в уже опубликованных материалах раскрыты имена нескольких десятков жертв Эпштейна, которые хотели анонимности.

Эпштейн был сутенером для мировой элиты?

Многие жертвы Эпштейна заявляли публично и давали показания о том, что он был не только серийным растлителем несовершеннолетних, но и фактически сутенером. Они рассказывали, что он направлял их «развлекать» своих приятелей и даже перевозил девушек с этой целью из одной своей резиденции в другую (в основном между Нью-Йорком, Палм-Бич и тем самым островом в Карибском море).

В связи с делом Эпштейна, помимо него самого, были арестованы два человека: в США — его многолетняя подруга и помощница Гислейн Максвелл; во Франции — Жан-Люк Брюнель, глава модельного агентства, финансируемого Эпштейном. Максвелл в 2022 году приговорили к 20 годам тюрьмы за склонение несовершеннолетних к сексу с Эпштейном. Брюнеля обвинили в изнасиловании несовершеннолетних, но допрашивали также по подозрению в торговле людьми для сексуализированной эксплуатации. Он повесился в парижской тюрьме в 2022 году, когда следствие еще не закончилось.

Дела Максвелл и Брюнеля фактически были делами о сутенерстве, однако единственным их публично названным клиентом был сам Эпштейн.

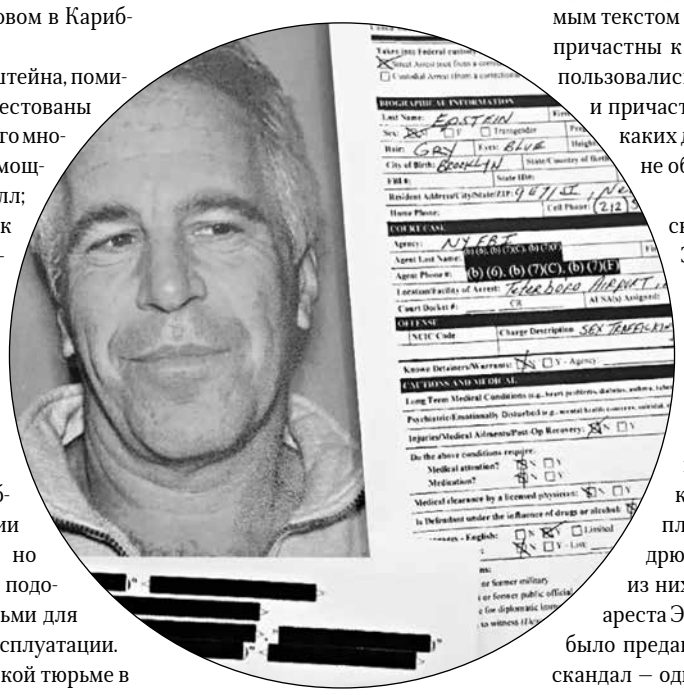
Как ему удавалось так долго оставаться безнаказанным?

Дело в специфическом устройстве американской правовой системы и в том, как Эпштейн умело пользовался этой спецификой.

В 2005 году первое дело Эпштейна — о растлении несовершеннолетней — вел прокурор Алекс Акоста в Майами, а защищал финансиста знаменитый и очень влиятельный адвокат Алан Дершовиц. Дело закончилось в 2008 году сделкой со следствием — очень благоприятной для Эпштейна, учитывая тяжесть обвинений: он признал вину в пользовании секс-услугами несовершеннолетней, был зарегистрирован как сексуальный преступник и провел в заключении лишь 13 месяцев, причем в очень мягких условиях (фактически в тюрьме он только ночевал). Впоследствии министерство юстиции США признало, что сделка была ошибкой Акосты, но не нашло признаков коррупции.

Позднее прокуратура Нью-Йорка рассматривала возможность завести собственное дело против Эпштейна, но не стала, посчитав, что после сделки в Майами дело исчерпано. Прокуроры в США — политические фигуры: местных избирают жители, федеральных назначает президент и утверждает сенат. Прокурор, который решился бы преследовать Эпштейна, тем более после сделки, рисковал нажить себе врагов среди коллег и среди тех, от кого зависела его дальнейшая карьера.

В том, что Эпштейна арестовали в 2019 году, наибольшую роль сыграла Джули Браун, журналистка газеты Miami Herald. Она начала собственное расследование в 2017-м, когда Трамп, став президентом США, назначил бывшего прокурора Акосту министром труда. Рассматривая его биографию, Браун вспомнила сделку Эпштейна и интуитивно решила заново изучить это дело.



Материалы Джефри Эпштейна.

Браун разобрала материалы дела и поговорила с женщинами, которые выдвигали обвинения против Эпштейна. Ее расследование вышло в ноябре 2018 года. Общественный резонанс вынудил правоохранительные органы возобновить следствие, и в июле 2019-го Эпштейн оказался под стражей в Нью-Йорке. Но уже в августе он покончил с собой в камере. Есть конспирологическая теория, что на самом деле его убили, чтобы он не дал показаний на кого-то из своих очень богатых и влиятельных знакомых.

Трамп, Клинтоны и британская королевская семья в деле Эпштейна

Опять же прямых доказательств нет. Эпштейн и Трамп познакомились еще в конце 1980-х: они вращались в одних кругах, их имения в Палм-Бич находились по соседству. Оба жертвовали деньги в предвыборный фонд Билла Клинтона в начале 1990-х, впоследствии Эпштейн несколько раз встречался с Клинтоном как президентом. И Трамп, и Клинтон ходили на одни вечеринки с Эпштейном и бывали его гостями.

Известно, что Трамп и Эпштейн поссорились в 2004 году — по заявлениям Трампа, из-за того, что Эпштейн использовал его клуб «Мара-Лаго», чтобы «вербовать» девушек. По другой версии, на самом деле это был бизнес-конфликт.

Еще во время избирательной кампании 2016 года среди американских правых была популярна конспирологическая теория, что демократы во главе с Хиллари Клинтон — это секта сатанистов-педофилов. Во время кампании 2020-го, когда дело Эпштейна уже получило широчайшую огласку, и сам Трамп почти прямым текстом говорил, что Клинтоны причастны к детской проституции, пользовались услугами Эпштейна и причастны к его убийству. Никаких доказательств опять же не обнаружено.

Что касается британской королевской семьи, Эпштейн с конца 1990-х дружил с одним из ее представителей — Эндрю, принцем Йоркским, сыном королевы Елизаветы II. Несколько «девушек Эпштейна» в 2015 году дали показания, что финансист платил им за секс с Эндрю. Как минимум одной из них не было 18 лет. После ареста Эпштейна в 2019 году это было предано огласке, разразился скандал — один из самых громких в истории королевского дома Виндзоров.

Ни в США, ни в Великобритании не нашли оснований для возбуждения дела против Эндрю. Старшие Виндзоры — королева Елизавета и принц Чарльз (впоследствии король Карл III) — пытались увести Эндрю в тень, но им это не удалось. В 2025-м король под давлением общественного мнения лишил брата всех титулов.

Что в файлах важного про Россию?

Там много упоминаний россиян. Судя по материалам, финансист пытался встретиться с несколькими высокопоставленными российскими чиновниками, вплоть до Путина, — в том числе чтобы дать им советы, как иметь дело с Трампом (такое предложение он передавал через главу Совета Европы Торбьерна Ягланда в 2018 году).

Сведений о прямых контактах Эпштейна с представителями российской власти в «файлах» пока не нашли.

Эпштейн интенсивно переписывался с Борисом Николичем — уроженцем Хорватии, врачом, инвестором в сфере биотехнологий и бывшим советником по науке благотворительного фонда Билла и Мелинды Гейтс. В одном из писем в январе 2012 года Николич рекомендует Эпштейну побывать в России и познакомиться с Ильей Пономаревым, тогда — депутатом Госдумы. Николич пишет, что Пономарев и «его очень умная и симпатичная девушка Алена» (имеется в виду правозащитница Алена Попова) — «главные организаторы восстания против Путина» (протестов зимы 2011/2012 годов) и что Пономарев «рано или поздно сменит Путина, если его раньше не убьют». Состоялись ли у кого-то из них прямые контакты с Эпштейном, неизвестно.

Зато прямые контакты у Эпштейна были с бизнесменами Умаром Джабраиловым и Владиславом Дорониным — в обоих случаях речь шла о визитах Эпштейна или людей из его окружения в Россию и о неких деловых связях. Известно, что Эпштейн бывал в России несколько раз в 2000-е годы, в том числе в компании Билла Клинтона. Цели этих поездок неизвестны. Также Эпштейн мог приезжать в Россию на чемпионат мира по футболу 2018 года.

Из всех российских контактов Эпштейна наибольший резонанс вызвала его переписка с Марией Дрековой — бывшей активисткой прокремлевского молодежного движения «Наши». Переписка завязалась в 2017 году, вскоре после того, как Дрекова переехала в США. Ее представили Эпштейну как пиарщицу — и она предлагала ему план исправления репутации, включая учреждение премии за борьбу с харассментом. В июне 2019-го — за пару недель до ареста Эпштейна — Дрекова показывала ему свои фото, а тот просил прислать «нюдсы». Дрекова пообещала «в следующий раз».

Какие будут последствия для мира?

Во-первых, будут новые расследования и уголовные дела — если не в США, то в других странах. Например, в Великобритании уже начато расследование в отношении видного деятеля правящей Лейбористской партии Питера Мандельсона: его подозревают в передаче Эпштейну чувствительной информации о британской финансовой политике после кризиса 2008 года.

Во-вторых, уже наступают политические последствия. Один из многих примеров — растущее разочарование монархией в Норвегии, которое вызвано в том числе дружбой кронпринцессы Метте-Марит с Эпштейном. Тот же Мандельсон лишился должности посла Великобритании в США и также был исключен из партии.

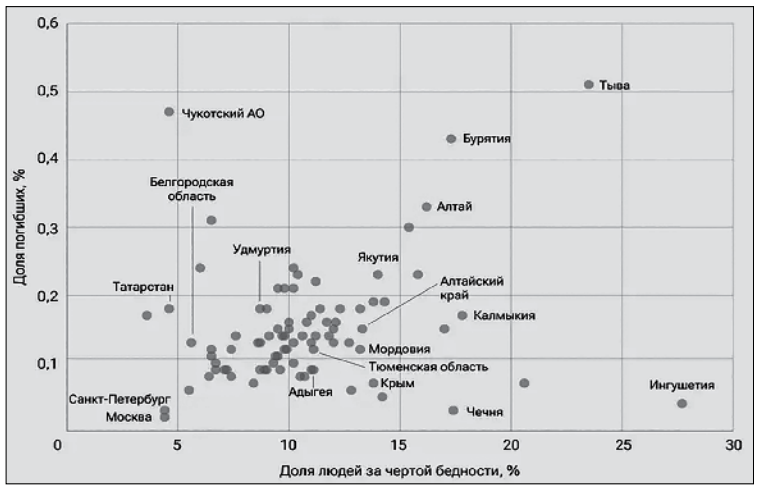
А в-третьих и, вероятно, в-главных, скандал вокруг дела Эпштейна имеет все шансы перерасти в новое антиэлитное движение, подобно тому как скандал вокруг дела кинопродюсера Харви Вайнштейна перерос в движение MeToo против домогательств.

В КУРСЕ СОБЫТИЙ

ВОЙНА ЗА СЧЕТ МАЛОИМУЩИХ

○ **По материалам thebell.io**

Владимир Путин называет людей, участвующих в войне в Украине, «подлинной российской элитой» и подчеркивает, что «специальная военная операция» — совместное испытание, которое разделяют все россияне. На самом деле гибель на войне — прежде всего удел самых бедных россиян, показывают проанализированные нами данные о погибших в региональном разрезе. По мере охлаждения экономики эта тенденция будет только углубляться.



Потери на войне и уровень бедности.

Неравенство потерь

Почти четыре года войны российская официальная риторика описывает ее как совместное испытание всех народов и регионов страны, подчеркивая, что жертвы несут все. В марте 2022 года, на второй неделе войны, Владимир Путин подчеркивал: «Я — русский человек. Но, когда я вижу такие примеры, как подвиг Нурмагомеда Гаджимагомедова, уроженца Дагестана, лакца по национальности, других наших воинов, мне хочется сказать: я — лакец, я — дагестанец, я — чеченец, ингуш, русский, татарин, еврей, мордвин, осетин. Я горжусь тем, что я часть этого мира, часть могучего, сильного, многонационального народа России».

Но данные о погибших, собираемые изданием «Медиазона» и «Русской Службой Би-Би-Си», показывают, что народы и регионы на войне вовсе не равны. Доля погибших в Украине от общей численности жителей региона в разных регионах может различаться между регионами не просто в разы, а на порядок.

Если для Москвы (минимальный показатель по стране) эта цифра составляет 0,02%, для Чечни и Санкт-Петербурга — 0,03%, то для Бурятии — 0,4%, а для Чукотки и Тувы — 0,5%. То есть для москвича вероятность погибнуть на войне в Украине в 25 раз ниже, чем для жителя Чукотки или Тувы. Всего таких аномальных регионов около 20 из 85, насчитывавшихся в России до войны.

В «аномальных регионах» доля погибших на душу населения никак не коррелирует с богатством региона и уровнем бедности среди населения. В северокавказских Ингушетии и Карачаево-Черкесии — одних из самых бедных российских регионов — доля погибших почти такая же, как в самых богатых Москве или Санкт-Петербурге. В таких же бедных Бурятии и Туве эта цифра в 25 раз выше.

Призванные на сборы мобилизованные отправляются на учения.

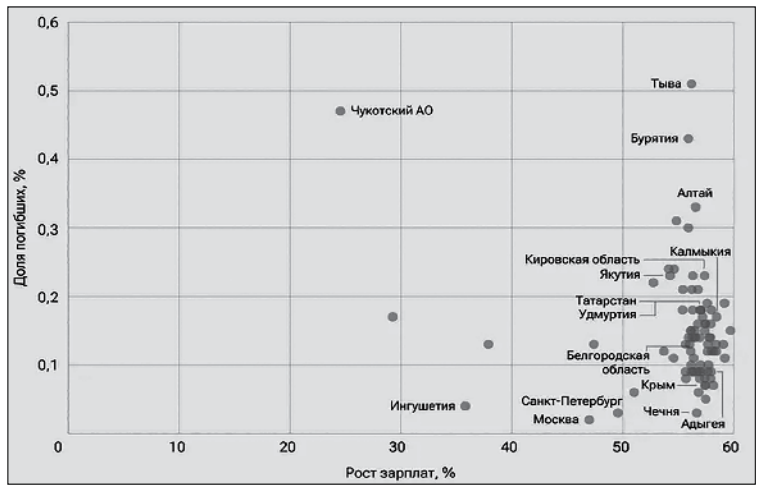
Объяснение аномалий в этих регионах разные. Например:

• Жители столиц находятся в привилегированном положении: можно предположить, что более высокие доходы и уровень образования позволяют им рассчитывать на более безопасные позиции на фронте. Но и чисто арифметически москвичи попадают в действующую армию почти вдвое реже, чем люди из провинции: хотя на Москву приходится 9,1% населения России, на москвичей приходится меньше 5% новых контрактников.

• Аномально высокую долю погибших в арктических и восточно-сибирских регионах сооснователь Free Buryatia Foundation и аналитик данных Мария Вьюшкова в недавней статье объясняла использованием российскими рекрутерами устоявшихся стереотипов коренных народов о себе как прирожденных воинах и метких стрелках.

Но, как показывает проведенный анализ, для подавляющего большинства регионов действует неизменное правило: доля погибших на «СВО» прямо коррелирует с одним показателем, свидетельствующим о материальном уровне жизни в регионе, — долей людей за чертой бедности. По официальной методологии, бедными считаются люди, чьи доходы находятся ниже определяемого Росстатом прожиточного минимума. С 1 января 2026 года эта сумма составляет 18 939 рублей в месяц (€209 в месяц, или примерно €2500 в год).

Эта корреляция неудивительна: уже ко второму году войны, оценив общественную реакцию на частичную мобилизацию 300 тысяч резервистов в сентябре 2022 года, российские власти перешли к тактике набора людей на контрактную службу, за которую им обещаются высокие зарплаты и огромные по меркам российских регионов разовые выплаты за подписание контракта. Согласно опросам, как минимум 56% россиян считают, что люди, идущие в армию, руководствуются меркантильными мотивами. Косвенно на материальные сложности как мотив для подписания контракта может указывать и демографический портрет добровольца: по данным «Медиазоны» и «Русской службы Би-Би-Си», самая крупная возрастная группа среди погибших — мужчины в возрасте 45–50.



Потери на войне и рост зарплат 2021–2024 годах.

Что мне с этого?

Война — удел бедных провинциалов. Распределение погибших по регионам подтверждает вероятную социально-экономическую стратегию Кремля — держать тяготы войны как можно дальше от традиционно важных для сохранения социального порядка и безопасности регионов — Москвы, Санкт-Петербурга и республик Северного Кавказа, отдавая предпочтение удаленным, бедным регионам востока страны с дефицитными бюджетами и большой долей нерусского населения. В основном же гибель на войне остается уделом бедных.

В условиях замедления экономики и снижения темпов роста зарплат эта тенденция, по-видимому, будет только нарастать. Экономические проблемы или успехи отдельных регионов отражаются на величине бонусов для контрактников. Но влияние этого фактора на региональное распределение потерь снижается из-за того, что часть регионов готовы «подписывать» жителей других территорий, привлекая их более высокими единовременными выплатами,

Само по себе распределение военных потерь, как и экономические проблемы России в их нынешнем виде, вряд ли приведут к коллапсу системы. По мере ухудшения экономической ситуации и продолжения войны недостатка в желающих записаться на войну по материальным соображениям, вероятно, тоже не будет. Проблемы могут начаться с одновременным повышением вероятности погибнуть на войне и общим по стране снижением выплат — все меньше людей, предположительно бедных, будет считать достаточной премию за риск. Однако, если экономический рост будет низким, а инфляция высокой, этот эффект может быть и нивелирован ростом числа бедных.

CONTACT US BY MAIL P.O. BOX 252571, WEST BLOOMFIELD, MI 48325 | Tel: (248) 206-9707 | EXPRESSDETROIT@GMAIL.COM | WWW.DETROIT-EXPRESS.COM

DETROIT EXPRESS

ISSN 2375-8147

Редакция не несет ответственности за содержание рекламы и частных объявлений. Мнения, убеждения и взгляды авторов статей могут не совпадать с точкой зрения редакции. Рукописи не возвращаются и не рецензируются. **Indemnity:** It is understood that the advertiser agrees to indemnify and protect "Detroit Express" from any claims or expense resulting from the unauthorized use of any name, photo, sketch, design or words protected by copyright or registered trademarks, or labels in connection with the advertising referred to in this order. **Publisher copy protective clause:** Advertisers and advertising agencies assume liability for all content (including text, representations, illustrations, or of any sketch, map, labels, trademark or other copyrighted matter) or advertisements printed, and also assume responsibility for any claims arising there from made against the publisher. The publisher reserves the right to reject any advertising that does not conform to publication standards. **Materials and Storage:** Materials will not be returned to Advertiser unless specifically requested by Advertiser.

EDITOR-IN-CHIEF: VADIM YELIZAROV **ART DIRECTOR:** OLGA CHEGLIKOVA

DETROIT EXPRESS (ISSN 2375-8147) IS PUBLISHED BIWEEKLY BY DETROIT EXPRESS LLC, 26038 GRAND RIVER AVE, REDFORD, MI 48240. PERIODICAL POSTAGE (PP111) AT DETROIT MI AND ADDITIONAL MAILING OFFICES. POSTMASTER: SEND ADDRESS CHANGES TO DETROIT EXPRESS PO BOX 252571, WEST BLOOMFIELD, MI 48325

В КУРСЕ СОБЫТИЙ

БЕЗ ДОГОВОРА: КАК КОНТРОЛИРОВАТЬ ЯДЕРНОЕ ВООРУЖЕНИЕ?

По материалам currenttime.tv

«На этой неделе начинается мир без контроля над ядерным вооружением», – статью с таким заголовком опубликовала британская Financial Times. Пятого февраля истек срок действия договора СНВ-III, который ограничивает размеры ядерных арсеналов России и США. Этот договор в 2010 году в Праге подписали – уже бывшие – президенты США и России – Барак Обама и Дмитрий Медведев.

Соглашение по сокращению стратегических наступательных вооружений было рассчитано на 10 лет, в 2021-м году – его продлили еще на пять. Договор предусматривал сокращение развернутых ядерных боеголовок – до 1550 – для каждой стороны (во времена холодной войны у СССР и США было до 35 тысяч ядерных боеголовок, то есть СНВ-III сократил эти арсеналы более чем в 20 раз).

В 2017 году Дональд Трамп заявлял, что этот договор более выгоден России, чем США, и называл его «односторонней сделкой». Администрация Трампа настаивала на выработке нового договора – с привлечением Китая – или на продлении соглашения, но с дополнительными условиями.

В этом году Трамп свою позицию повторил в интервью The New York Times: «Если срок действия соглашения истечет, значит, истечет», – сказал он. «Мы заключим более выгодное соглашение», – добавил он, настаивая на том, что Китай, обладающий самым быстрорастущим арсеналом в мире, должен быть включен в любое будущее соглашение.

Владимир Путин в сентябре прошлого года предлагал США продлить действие не договора, но ограничений, им установленных, – еще на год. Специально для этого он собрал заседание Совета безопасности.

«Чтобы не провоцировать дальнейшую гонку стратегических вооружений, обеспечить приемлемый уровень предсказуемости и сдержанности, считаем оправданным попытаться сохранить на нынешнем достаточно турбулентном этапе сложившийся благодаря ДСНВ статус-кво. Поэтому Россия готова после пятого февраля 2026 года продолжить в течение одного года придерживаться центральных количественных ограничений по Договору о СНВ», – заявил он в сентября 2025 года.

Об истечении договора СНВ-III прессе напомнил и замглавы Совбеза России Дмитрий Медведев. В интервью агентствам ТАСС, Reuters и Z-блогеру Семену Пегову Медведев заявил, что истечение СНВ-III должно встревожить весь мир, и стрелки так называемых «Часов судного дня» теперь будут двигаться быстрее.

Возможно ли продление срока действия договора СНВ-III, который ограничивает размеры ядерных арсеналов России и США, мы спросили у эксперта Национального института стратегических исследований Алексея Ижака.

– Договор истек пятого февраля. Как вы считаете, он мог быть продлен до этого времени?

– Он не мог быть продлен, потому что юридически он мог быть продлен только один раз. На 10 лет заключен с опцией однократного продления. Она была использована Байденом (экс-президентом США) после того, как Трамп не хотел этого делать.

Позиция не изменилась. Трамп считает, что тогда еще не надо было продлевать, пять лет назад. И сейчас он точно так считает, но сейчас и опции-то ведь даже нет. Можно только про что-то говорить добровольно и ограничивать.

Дело в том, что сейчас стратегические ядерные силы ограничивают не договоры, а физические возможности. Россия не может просто физически иметь больше стратегических носителей, ведь договор ограничивает не количество ядерного оружия, не количество боеголовок, а количество носителей, которые могут быстро доставить эти боеголовки. Это смысл этого договора.

У Соединенных Штатов достаточно. Они могут и больше разместить быстро на этих носителях боеголовок, а Россия не может. У нее дефицит, она с трудом удерживает даже эти уровни, которые им подарил Барак Обама.

То есть Соединенные Штаты могут довольно свободно управляться с этими лимитами, а Россия просто физически не может. И поэтому она предлагает: «Давайте Соединенные Штаты тоже будут сами себя ограничивать». Я думаю, это делается в интересах Китая, потому что Китай хочет догнать Соединенные штаты, но не может. И поэтому руками России пытаются каким-то образом ограничить Соединенные Штаты.

– Но ведь Путин же предлагал заключить новый договор. Здесь с чьей стороны больше инициатива не заключать новое соглашение, на ваш взгляд?

– Не может быть новых соглашений между Соединенными Штатами и Россией, потому что эта серия договоров, которые с 70-х годов начинались, они себя исчерпали, и тут нечего ограничивать, потому что сейчас мир ограничен физическими возможностями. Что Россия может, то она и может. Больше не может. Нет смысла с ней о чем-то говорить. Она не может иметь больше, чем имеет.

– Уточняющий вопрос: на это влияет война против Украины или чем именно ограничены возможности России?

– Это связано с Украиной хронически. Когда заключался договор СНВ-I перед путчем, там можно было по шесть тысяч иметь с каждой стороны. После этого был распад Союза, Украина вышла. И исключение из этого баланса украинского потенциала, оно как раз и привело к тому, что Россия сама просто не может дотянуть ни до каких уровней. И для нее Соединенные Штаты шли на уступки, и у себя снимали боеголовки, ничего не ограничивая, а Россия, чтобы она могла как-то показать, что она в паритете.

А сейчас это хронический дефицит России, но сейчас он еще усилился потому, что часть стратегических сил российских ядерных была использована в обычной войне. И когда они используются в обычной войне, они не имеют никакого иммунитета, они уничтожаются точно так же, как штурмовая российская пехота, и поэтому у России стало еще меньше, проблема еще больше.

Что есть у России, ради чего Обама на это пошел, а Байден продлил, – это прозрачность. В этом договоре была очень большая прозрачность. Буквально тысячи уведомлений в год о состоянии ядерных сил, несколько раз в день. И Путин этим шантажировал и в 23-м году сказал, что он не будет соблюдать эту часть, которая касается прозрачности уведомлений, о том, что делается в российском и американском ядерном арсенале.

А теперь остались только физические ограничения, и они уже Соединенным Штатам не интересны, потому что Россия просто не может иметь больше. Если бы она предложила вернуться к прозрачности, возможно бы в Соединенных Штатах на что-то смотрели. А поскольку Россия этого не предлагает, а просто – соблюдать лимиты, которые она не может нарушить, ну вот Трамп уже повторяет свой старый тезис, что мы будем говорить непосредственно с Китаем, у которого действительно есть какой-то потенциал наращивания.

– Вы говорите, что ядерные ресурсы России тратятся в неядерной войне против Украины. Какие именно ресурсы тратятся и каким образом?

– Первое – это бомбардировщики, которые взлетают с Энгельса. Все бомбардировщики, которые включены в эти договоры, они учитываются как ядерные. И пока действовала система уведомлений, Россия просто сообщала миру, что «мы летим бомбить Украину, а не начинать ядерную войну». Часть этих бомбардировщиков выходила из строя, часть была уничтожена.

Потом более есть менее такие явные, но очень важные ограничения, связанные с тем, что стратегические наземные ракеты производятся на том же заводе, на котором производятся «Орешники», «Искандеры-М». И если Россия производит это для войны с Украиной, она не может на том же Воткинском заводе производить «Ярсы» и «Булаву» в нужном количестве. То есть проблема еще больше.

И пока Россия загоняет себя в войну, в этот тупик, понятно, что Соединенные Штаты не видят необходимости вести переговоры о количествах носителей.

Дональд Трамп в такой ситуации ни о чем говорить не будет именно с Россией. С Китаем будет. И если Путин ему пообещает вывести Си Цзиньпина на переговоры, то, конечно, на Аляске, кстати, была такая ситуация...

– И может быть, Россия в свою очередь станет как раз участницей трехстороннего какого-то соглашения.

– Да, это возможно.

РОССИЯ ТРАТИТ НА ВОЙНУ В 1,5 РАЗА БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЗАЯВЛЯЕТ ОФИЦИАЛЬНО

В прошлом году Россия потратила около половины своего государственного бюджета на военные нужды, при этом реальные расходы гораздо выше, чем заявляется в официальных отчетах.

Как пишет The Telegraph, ссылаясь на отчет Федеральной разведывательной службы Германии (BND), реальные расходы России на оборону на 66 процентов превышают официально заявленные, при этом расходы резко растут каждый год с момента полномасштабного вторжения страны в Украину в 2022 году.

Так, согласно анализу, реальные военные расходы Кремля в 2025 году составили приблизительно 250 млрд евро, что эквивалентно примерно половине общих государственных расходов и около 10 процентам ВВП страны. При этом в начале войны военные расходы составляли около 6 процентов ВВП.

«В разведке Германии заявили, что эти средства используются не только для поддержания войны в Украине, но и для расширения военных возможностей за пределами поля боя, особенно вдоль границ России со странами НАТО на востоке страны», – отмечается в статье.

В отчете говорится, что эти цифры «ясно демонстрируют растущую угрозу для Европы, исходящую от России».

Отмечается, что большая часть дополнительных расходов, включая строительные проекты, военные IT-программы и социальные выплаты военнослужащим, была скрыта в других статьях государственного бюджета.

В России используется гораздо более узкое определение расходов на оборону, чем в НАТО, а Кремль также систематически искажает официальные данные, заявили в BND: «В бюджетных планах Москвы на 2026 год, опубликованных прошлой осенью, предполагалось, что расходы на оборону сократятся впервые с начала войны. Однако официальная цифра в 13 триллионов рублей значительно ниже того, что, по мнению немецких аналитиков, Кремль фактически тратит».

Растущие расходы на войну и падение доходов от экспорта энергоносителей вынудили российское правительство сократить расходы на социальное обеспечение и повысить НДС, при этом образовался большой дефицит бюджета, оцениваемый более чем в 70 млрд долларов.

Дефицит государственного бюджета России может вырасти почти в три раза от официального целевого показателя к концу 2026 года, поскольку падение закупок нефти Индией и рост торговых скидок на нефть уменьшают доходы. В то же время расходы могут быть выше, чем ожидалось.

ЗДОРОВЬЕ НА ТАРЕЛКЕ

ПЕРЕВЕРНУЛИ ПИРАМИДУ

Минздрав США резко изменил рекомендации по питанию. Почему они выглядят довольно спорно?

○ МАРИЯ РЕШЕТНИКОВА

В начале января американский Минздрав выпустил обновленные рекомендации по питанию населения. Они содержат ряд важных изменений, которые уже вызвали вопросы у экспертов. Разбираемся, действительно ли новые нормы помогут бороться с бичом XXI века — ожирением и диабетом.

«Сделаем Америку снова здоровой»

7 января 2026 года глава Минздрава США Роберт Кеннеди-младший, известный своими конспирологическими взглядами и «антиваксерством» (отказом от прививок), презентовал документ под названием Dietary Guidelines for Americans 2025–2030. Основной акцент в нем сделан на употреблении «натуральной», а не переработанной продукции. Кроме того, рекомендации «реабилитируют» многие продукты, ранее считавшиеся вредными.

Рекомендации иллюстрированы пирамидой питания, которую эксперты уже прозвали «пирамидой Кеннеди». Внизу — продукты, которые позиционируются как основа питания, а вверху — те, которые следует ограничивать. Концепция пирамиды была разработана еще в 1970-х годах шведскими учеными, но в настоящее время у диетологов более популярен подход «гарвардской тарелки», которая показывает соотношение белковых продуктов, углеводов, жиров и клетчатки в приеме пищи.

В новой пирамиде на вершине яйца, а также молочные продукты с естественной жирностью, в том числе сыр и цельное молоко. Это ключевое изменение по сравнению с предыдущей пирамидой, где основой рациона выступали обезжиренные и маложирные продукты, а красное мясо рекомендовали употреблять в пищу не более одного-двух раз в неделю. Кроме того, для приготовления пищи теперь вместо растительного масла, рекомендованного ранее, предлагается свободно использовать сливочное масло и животные жиры. Тем не менее, основой рациона по-прежнему остаются овощи, зелень, фрукты и цельнозерновые продукты.

Новая «пирамида питания»

Сам Кеннеди на презентации пирамиды заявил, что предыдущие рекомендации были «коррумпированы» и необоснованно «демонизировали» натуральные насыщенные жиры. Новые инструкции будут определять рацион питания в школах, в армии и в различных государственных программах.

Одна из самых известных русскоязычных научных журналистов и популяризаторов науки Ирина Якутенко отмечает: «Если ознакомиться со списком авторов рекомендаций, то мы увидим конфликт интересов.

Несколько экспертов имеют тесные связи с мясной и молочной индустриями, а рекомендации предполагают делать акцент на белке и молочной продукции, что противоречит старой версии.

Трое из девяти разработчиков программы получали гранты от Национальной ассоциации производителей говядины, а один — исследовательский грант от Национального совета по свинине. Трое имеют финансовые связи с молочной индустрией, Национальным молочным советом. Это не означает, что отчет можно не читать, но при этом нужно понимать, что рекомендации не беспристрастны».

«Акцент на «настоящую» еду носит в большей степени политический, а не медицинский контекст и направлен на поддержание американских фермеров», — поделился российский кардиолог, доктор медицинских наук, профессор Михаил Гиляров. Он обращает внимание на то, что понятие «настоящая еда» в рекомендациях не конкретизируется.

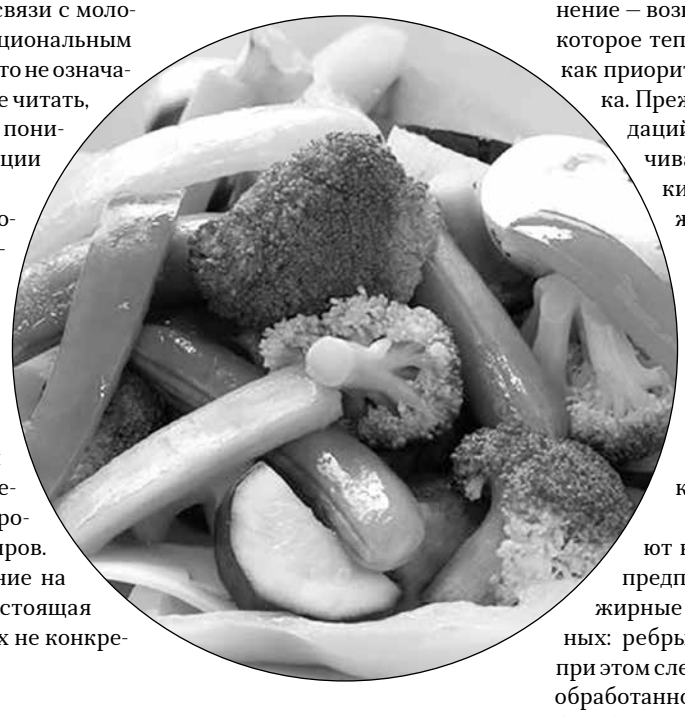
Жиры снова в строю

Пожалуй, самое радикальное изменение рекомендаций заключается в реабилитации жиров. Впервые за десятилетия признается польза натуральных животных и молочных продуктов. При этом, согласно документу, насыщенные жиры должны составлять до 10% от суточной нормы калорий. Эти нормы зависят от пола, возраста, веса, роста и уровня активности человека, но усреднённые рекомендации составляют примерно 1 600–2 200 ккал для женщин и 2 000–3 000 для мужчин. Указанные диапазоны соответствуют современным диетологическим рекомендациям, которые ориентируются на поддержание веса и здоровья.

Рекомендуемые источники жиров: животные — сливочное масло, сало, говяжий и бараний жир, топленое масло; растительные — авокадо, кокосовое масло, оливковое масло Extra Virgin, орехи; рыба — лосось, сардины, макрель.

Отдельно в рекомендациях прописан запрет на трансжиры (маргарин, фритюр), частично гидрогенизированные масла, ультрапереработанные растительные масла (соевое, кукурузное). Еду рекомендуется готовить методом жарки на сливочном или кокосовом масле, на гриле, запекать и тушить.

Ирина Якутенко отмечает: «В этом отношении новые рекомендации ...выглядят как попытка усидеть на двух стульях. Насыщенные жиры содержатся именно в мясе и молоке, сале и масле. В рекомендациях же жиры из мяса фактически приравняли к жирам из орехов и т. д. При этом, на данный момент условно полезные продукты — это не те, которые прописаны в документе, а те, которые в разумных дозах ассоциируются с более благоприятными показателями сердечно-сосудистого здоровья и метаболизма. Это в первую очередь ненасыщенные жиры, потребление которых ассоциируется со снижением «плохого» холестерина, — оливковое масло, орехи, лосось и любая красная рыба. Все остальное ассоциируется с повышением риска сердечно-сосудистых заболеваний. И однозначно вредны трансжиры, которые не включаются в метаболический обмен и стимулируют воспаления. Поэтому записать говядину и жирную молочку в полезные жиры — это манипуляция».



Свежие фрукты и овощи — полезная основа к еде.

Журналист обращает внимание на исследования, которые описывают умеренное потребление насыщенных жиров, но отмечает, что их немного, а прямой пользы от таких продуктов нет. Михаил Гиляров придерживается аналогичной позиции. По его словам, частичная реабилитация насыщенных жиров не основана на данных исследований. Эксперт обращает внимание и на некоторые противоречия. Так, сначала авторы рекомендуют употреблять цельное молоко, но в разделе про жиры говорят о молоке с пониженным содержанием жира. Существует множество работ, показывающих прямую связь между потреблением насыщенных жиров и риском развития сердечно-сосудистых заболеваний.

Хотя доля в 10% фигурирует и в некоторых других рекомендациях, многие специалисты советуют снижать ее до 5–7% с целью уменьшения риска развития сердечно-сосудистой патологии, и тому есть научное обоснование. «Особенно это актуально для людей, уже имеющих атеросклеротическое поражение сосудов», — уточняет Гиляров.

Красное мясо снова во главе стола

Еще одно радикальное изменение — возврат к красному мясу, которое теперь рассматривается как приоритетный источник белка. Прежняя версия рекомендаций предлагала ограничивать потребление таких продуктов. Теперь же базой питания считаются говядина, баранина и свинина наряду с яйцами, птицей и рыбой. Нормой потребления назначили 1,2–1,6 г белка/кг веса (приблизительно 25–40 г белка на прием пищи).

Авторы акцентируют внимание на том, что предпочтительно выбирать жирные части тушек животных: ребрышки и грудинку, но при этом следует отказываться от обработанной колбасы, сосисок и фастфуда. Мясо позиционируется как источник биодоступного белка, микроэлементов и витаминов (железо, цинк, B12), а также как путь к отказу от излишних углеводов.

Источники белка в новых рекомендациях: животные (приоритетный) — красное мясо (25–30% белка), птица, рыба и морепродукты; яйца; молочные продукты — цельный сыр, творог, греческий йогурт; растительные (вторичный) — семена, орехи, бобы, чечевица, горох; тофу, темпе *(темпе — это традиционный индонезийский продукт из ферментированных соевых бобов. Он плотный, сытный, слегка ореховый на вкус и очень богат растительным белком. Если тофу — мягкий и нейтральный, то темпе — более «мясной» по текстуре и вкусу. Темпе ценится за: высокое содержание белка, — это один из лучших растительных источников; клетчатку, которая улучшает пищеварение; витамины группы B, включая B12 в некоторых традиционных вариантах; пробиотический эффект благодаря ферментации;низкий гликемический индекс. Темпе часто выбирают вегетарианцы и веганы как полноценную замену мяса. — Прим. ред.).*

Ирина Якутенко замечает, что рекомендации по объему белка выросли сразу вдвое. Она ссылается на исследования, которые показывают, что 1,2–1,6 г — это норма для активно тренирующихся людей, так как они дают аминокислоты для роста мышц. Некоторые работы показывают, что более высокое потребление белка связано с более здоровым образом жизни и низкой ранней смертностью, но при этом часть его источников должна быть растительной. «Однако выводы исследований нельзя трактовать однозначно: обычно такой рацион доступен более состоятельным людям, которые контролируют свой режим и занимаются здоровьем. Очевидно лишь то, что замена части животного белка на растительный — это хорошо, так как он не предполагает сопутствующей нагрузки, как при употреблении, например, обработанной свинины в виде сосисок. В целом норма белка в рекомендациях повышена, на мой взгляд, разумно. Для людей старшего возраста это важно, так как запускается саркопения — атрофия мышц, и физические нагрузки становятся ключевым моментом контроля здоровья и профилактикой травм в будущем. На людей со здоровым организмом такой объем вредного влияния тоже не окажет. Еще один плюс белка — это более сытная еда. Кроме того, проще придерживаться нужного объема потребления пищи», — заключает журналист.

Борьба с углеводами и приоритет цельнозерновым продуктам

Рекомендации серьезно обновлены и в отношении углеводов. Если раньше их допускаемая доля в рационе составляла 45–65% калорий, то теперь этот порог ограничили 25–35%, с четкой ориентацией на качество продуктов. Так, рекомендации впервые прямо называют рафинированные углеводы (белый хлеб, макароны из мягких сортов пшеницы, готовые хлопья, выпечку) основной причиной ожирения, диабета и метаболического синдрома *(метаболический синдром — это не одно заболевание, а комплекс из нескольких взаимосвязанных нарушений, которые вместе значительно повышают риск. В его состав входят: сердечно-сосудистые заболевания, инсульт, сахарный диабет 2 типа — Прим. ред.).* В «запретный» список также попали соки, газировка и энергетические напитки.

Авторы документа советуют отдавать приоритет умеренному употреблению цельнозерновых продуктов, а объем добавленного сахара ограничили менее чем 10 граммами на прием пищи — это радикальное снижение по

ЗДОРОВЬЕ НА ТАРЕЛКЕ

сравнению с показателем 50 г/день в 2020 году. Детям до десяти лет и вовсе рекомендовали полностью исключить сахар.

Приоритетные источники углеводов: овсянка, гречка, киноа, перловка, бурый рис; цельнозерновой хлеб; батат (сладкий картофель), топинамбур *(это корнеплод, который ещё называют земляной грушей. Он внешне напоминает имбирь, а по вкусу – что-то среднее между картофелем и сладковатой репой. Его ценят за питательность, неприхотливость и пользу для здоровья. Топинамбур – многолетнее растение из семейства астровых, родственник подсолнечника. Его клубни едят в сыром, варёном, запечённом или жареном виде. Топинамбур особенно интересен тем, что содержит инулин – природный пребиотик, который: поддерживает здоровую микрофлору кишечника, помогает контролировать уровень сахара в крови, улучшает пищеварение. Также он богат клетчаткой, витаминами группы B, калием, железом, витамином C. Топинамбур можно есть сырым – в салатах, как хрустящий овощ; запечённым – как гарнир; в супах – даёт нежную кремовую текстуру; в виде чипсов; в виде пюре; в напитках – например, чай из топинамбура – Прим. ред.).*

По словам Ирины Якутенко, исследования показывают, что уровень инсулина при питании белым и цельнозерновым хлебом одинаков. «Последний содержит клетчатку, а нерастворимая клетчатка – та, что из пшеницы, снижает холестерин, повышает чувство насыщения, понижает воспалительные маркеры. Углеводы – это источник энергии, а не витаминов, необходимый при высокой подвижности. В современном мире при избытке калорий углеводы (кроме клетчатки из овощей и фруктов) не нужны вообще. Кроме того, при отказе от углеводов не будет пиков инсулина, что дает лучшие результаты по гликемическому индексу или скорости расщепления углеводов в ЖКТ. Снижаются и воспалительные маркеры. То же и с липидным профилем», – говорит она.

Бой добавкам и заменителям

Помимо сахара, рекомендации предлагают жестко бороться с сахарозаменителями и пищевыми добавками. На первые вводится полный запрет: в перечень попали аспартам, сукралоза, сахарин, ацесульфам К и даже натуральная стевия. Вред сахарозаменителей авторы объясняют возможными нарушениями пищеварения. Также вводится запрет и на искусственные добавки, в том числе ароматизаторы, красители на нефтяной основе и искусственные консерванты (BHA/BHT, нитрит натрия). В предыдущей версии таких ограничений не предусматривалось. Взрослым рекомендуется вместо таких продуктов употреблять в пищу фрукты, специи, травы и какао-порошок без сахара. Детям до десяти лет авторы советуют давать только цельное молоко или воду. Суточное потребление соли взрослым рекомендовали ограничить 2300 мг.

Ирина Якутенко объясняет:

Новая пирамида заменит программу MyPlate как наглядное руководство по питанию для американцев, разработанное федеральным правительством.

«Про исключение сахара и ограничение соли – верно, но про сахарозаменители и подсластители – точно нет. Обычно исследования, которые ссылаются на их вред, концентрируются на людях с уже имеющимися заболеваниями».

Михаил Гиляров добавляет: «Возможны ситуации, когда необходимы какие-то добавки, например, кальций при остеопорозе или железо при его дефиците».

Рекомендации – не панацея

При презентации новых рекомендаций Минздрав США обосновал кардинальные изменения кризисом общественного здоровья. Авторы рекомендаций ссылаются на анализ Университета Джонса Хопкинса, который показал, что в стране имеются самые высокие показатели ожирения и диабета второго типа в развитом мире, а на здравоохранение тратится в 2,5 раза больше средств на душу населения, чем в среднем по развитым странам. При этом средняя продолжительность жизни на четыре года ниже.

Однако эксперты считают, что обновленный документ не позволит решить накопившиеся проблемы в здравоохранении, хотя и содержит рациональные поправки. Ирина Якутенко отмечает, что рекомендации не позволят уйти от контроля объема пищи и ее калорийности: «Кеннеди выступает за возврат к “натуральному”, но важнее скорее не то, что вы едите, а сколько. Даже самую правильную пищы можно есть так, чтобы набирать килограммы, а можно питаться однообразно, но терять вес. Это два разных аспекта. Если вы потребляете больше калорий, чем теряете, то будете набирать вес. Когда мотиваторы говорят о «натуральной» еде как панацее для похудения, ссылаясь на древних охотников и собирателей, это в корне неверно. Современный образ жизни человека сильно отличается, а доступность продуктов стала выше».

Михаил Гиляров тоже отмечает, что документ предлагает обращать меньше внимания на подсчет калорий, хотя с точки зрения снижения массы тела или ее поддержания баланс между получаемыми и расходуемыми калориями остается важным моментом. «Подход, предложенный в этих рекомендациях, вряд ли приведет к снижению массы тела у тех, кто будет их придерживаться, так как они предлагают не обращать внимание на количество калорий в пище. Хотя косвенно предлагаемые в них меры (снижение потребления сахара, отказ от подслащения напитков, увеличение потребления белка) и могут способствовать снижению общей калорийности рациона и, как следствие, поддержанию нормальной массы тела, но вряд ли будут способствовать ее снижению. Следует отметить, что само по себе потребление углеводов риск сахарного диабета не повышает, а способствует его появлению лишь косвенно, за счет развития ожирения. Рекомендации же в части, касающейся потребления насыщенных жиров, точно не будут способствовать снижению частоты развития сердечно-сосудистых заболеваний», – поясняет он.

4 ПРОДУКТА, ЦЕНА КОТОРЫХ ЗАПРЕДЕЛЬНО ВЫСОКА ДАЖЕ В МИРЕ БОГАЧЕЙ

Заходя в магазин, мы жалуемся на дороговизну. Но что мы знаем о продуктах, дорогих по-настоящему? Сколько вы готовы заплатить за сыр с личинками? А за самый дорогой тунец в мире? Оказывается, обычные продукты вовсе не такие уж и дорогие, если сравнивать их с теми, что представлены в нашем сегодняшнем списке.

1. Редкий «черный жемчуг»

Казалось бы, что необычного может быть в арбузе. Оказывается, его цвет! В Японии выращивают уникальные, полностью черные арбузы. Удивительно? Да. Но стоит ли переплачивать лишь за его цвет? А переплата тут существенная.

Только подумайте – тысяча долларов за арбуз. Это даже звучит странно. Но черные арбузы не зря называют жемчужинами. Они настолько редки, что достать их не так-то просто. Дело все в том, что растут они лишь на одном острове – Хоккайдо. Добавьте к этому редкий цвет и просто нежнейший вкус. Вот и получится самая высокая цена. Теперь фрукты в местном супермаркете уже не кажутся такими дорогими. Верно?

2. Яйцо солнца из Японии

Именно японцам пришло в голову вывести уникальный сорт манго под названием «Яйцо солнца».

Японцы в вопросе дорогостоящих продуктов, как всегда, впереди всех. Мы уже упоминали об уникальном черном арбузе. Но они пошли еще дальше.

Выращивают его по тайной технологии, которая позволяет сохранить уровень сахара на запредельно высоком уровне. При этом манго получается невероятно нежным и просто тает во рту. их исключительно на аукционах, где цена за пару штук может доходить до пяти тысяч долларов. Невероятно дорого.

3. Живой овечий сыр

Кажется, что сыр с плесенью должен быть самым дорогим. Но это не так. Жители Сардинии пошли дальше и начали производить сыр с личинками. Он невероятно мягкий и буквально живой. Ведь есть его предлагают с этими самыми личинками.

Речь идет о сорте Касу Марцу. Этот овечий сыр специально доводят до состояния, когда в нем заводятся сырные мухи. Именно их личинки, по мнению производителей, превращают обычный сыр в гастрономический изыск. Те, кто отважился попробовать, уверяют, что он и вправду очень вкусный. Но платить пятьсот долларов за килограмм сыра с личинками как-то странно.

4. Необычный и дорогой тунец

Тунец всегда был рыбой не дешевой. Но, оказывается, мы просто не знали, с чем сравнивать. Представляем вашему вниманию голубого тунца. Эта рыба, которая действительно может вас разорить.

Только представьте, на аукционе в Токио одна такая рыба весом около трехсот килограмм ушла больше чем за миллион долларов.

Стоит отметить, что маленький кусочек сашими *(сашими – это одно из самых узнаваемых блюд японской кухни: тонко нарезанные ломтики сырой рыбы или морепродуктов, которые подают без риса. За его кажущейся простотой скрывается целая культура вкуса и техники. Главная идея – подчеркнуть чистый вкус продукта, его текстуру и свежесть – Прим. ред.)* из такого тунца стоит сотни долларов. Очень дорого. Но невероятно вкусно.

РЕКЛАМА

Православная классическая школа в Анн-Арбор

ANN ARBOR ORTHODOX CLASSICAL ACADEMY

ИДЁТ НАБОР УЧЕНИКОВ

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ШКОЛЫ:

- Создание условий для полноценного и успешного образования
- Развитие интереса и навыков в таких областях, как: математика, языки, наука, искусство и музыка
- Стимулирование творческого мышления
- Формирование ответственности и возможностей для самореализации
- Укрепление традиционных и культурных ценностей

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ:

- Пятидневная программа
- Смешанная форма обучения
- Микрошкола

ПОДАЧА ЗАЯВКИ

Ann Arbor Orthodox Classical Academy
9900 Jackson Rd, Dexter, MI 48130
(734) 215-5739
www.a2oca.org/admissions

AtamTax Accounting LLC

Мы заботимся о том, чтобы каждый мог достичь своих финансовых целей!

ЛУЧШИЕ БУХГАЛТЕРСКИЕ УСЛУГИ
ПОМОЩЬ С НАЛОГОВЫМИ ДОКУМЕНТАМИ

А также:

- Ежемесячная бухгалтерия / отчетность
- Регистрация компании / MC DOT
- Перевод документов
- Нотариальные услуги
- Оформление иммиграционных документов
- Формулирование и перевод личной иммиграционной истории
- Услуги переводчика на месте/онлайн

Тамар Дзидзигури

Налоговый консультант для физических и юридических лиц

313-334-1635
atamtax@gmail.com

РЕКЛАМА

Ropp
Orthopedic Clinic
the next step forward

Говорим по-русски
Сертифицированный ортезист

БЕСПЛАТНАЯ ОБУВЬ ДЛЯ ДИАБЕТИКОВ
По программе **Medicare** и **Blue Cross**

Каждый участник **Medicare** имеет право на 1 пару диабетической обуви и 3 пары стелек в год.
Участники **Blue Cross** — на 1 пару диабетической или ортопедической обуви ежегодно и ортопедические стельки раз в 3 года.

Также предлагаем:
- Брейсы для колен, спины, запястья и лодыжек
- Индивидуальные и готовые ортезы
- Частичные протезы стоп
- Протезы после травм, операций и врождённых дефектов

Принимаем все основные страховки, включая
Medicare, BCBS, Medicaid, Auto Insurance и др.

Звоните — проверим вашу страховку и подберём решение!

2075 E. West Maple Rd, Suite B-207,
Commerce Township, MI 48390
248-669-9222 phone | **248-669-3866** fax

ALBERT VALK AND IRYNA SAZONOVA, PLLC
ЛИЦЕНСИРОВАННЫЕ АДВОКАТЫ

Профессиональное представительство во всех иммиграционных службах и судах США, а также судах и административных службах штата Мичиган

АЛЬБЕРТ ВАЛК
313-510-2499
attyvalk@aol.com

ИРИНА САЗОНОВА
586-764-1967
isazonov@gmail.com

ИММИГРАЦИОННЫЕ УСЛУГИ
- воссоединение семей
- получение гражданства
- защита от депортации
- продление и перемена статуса, включая студенческий
- визы жениха и невесты
- гостевые визы

УГОЛОВНЫЕ ПРАВОНАРУШЕНИЯ
- вождение в нетрезвом виде
- неуплата за товар
- нарушение общественного порядка
- насилие в семье
- дорожные штрафы

СЕМЕЙНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
- бракоразводные процессы с детьми и без детей

Мы говорим на вашем языке:
русский, украинский, польский, английский

А ТАКЖЕ
- оформление завещаний и доверенностей
- нотариальное заверение документов
- помощь при авариях и травмах

1637 W. Big Beaver Rd, Suite B, Troy, MI 48084

M&Y CARE, LLC
Home Health Services
Est 1999

M&Y CARE, LLC
HOME HEALTH AGENCY

работает с агентствами штата Мичиган AgeWays, DHS, MORC, JFS и другими

7125 Orchard Lake Rd Ste. 210, West Bloomfield, MI 48322

Часы работы офиса 10 am - 5 pm с понедельника по пятницу

248-909-9998
248-757-2410
www.myhomecarellc.com

ЕСТЬ МЕДИКЕЙД?
Мы поможем узнать полагается ли вам помощь на дому и подскажем как ее оформить, а так же подберем подходящего сотрудника или оформим на работу вашего родственника или друга.

ПРЕДЛАГАЕМ РАБОТУ
по уходу за пожилыми людьми, в том числе за вашими родственникам или друзьями.
Бенефиты для сотрудников:
- бонус для новых работников
- 401K
- медицинская страховка

Если у Вас нет страховки Медикейд, мы поможем Вам ее получить!

РЕКЛАМА

Услуги Мастера на Все Руки — HandyMan Max

Обслуживание в South Lyon, Ann Arbor и ближайших районов

Один звонок — и всё готово!

Ремонт — Обслуживание — Установка

Нужно что-то починить, собрать или обновить в доме? HandyMan Max — это надёжный и качественный сервис, всегда вовремя и по разумной цене.

Мы выполняем:

- Ремонт сантехники (протечки, краны, унитазы и др.)
- Электромонтажные работы (люстры, вентиляторы, розетки)
- Шпаклёвка стен и покраска
- Крепление телевизоров и картин
- Сборка мебели и IKEA
- Ремонт заборов и террас
- Чистка водостоков и сезонное обслуживание
- Утепление, герметизация и мелкий ремонт
- Укладка плитки и полный комплекс напольных работ

Почему выбирают HandyMan Max?

Дружелюбный местный мастер
Более 10 лет практического опыта
Честная работа. Справедливые цены. Гарантия качества.

Звоните или пишите Максу:

(248) 599 2109

Нет слишком мелких задач!

THE AGENCY
HALL & HUNTER

СДЕЛКА ПО ПОКУПКЕ/ ПРОДАЖЕ НЕДВИЖИМОСТИ – ОДНА ИЗ КРУПНЕЙШИХ В ВАШЕЙ ЖИЗНИ

Anna Guloyan

Associate Broker
Multi-Million Dollar Producer
Star Agent – Top 5% in Metro-Detroit

в бизнесе с 2001 года

248-342-9579 • ANNA.GULOYAN@GMAIL.COM

442 S. Old Woodward Ave., Birmingham, MI 48009

Собираетесь покупать или продавать недвижимость?

Очень важно проконсультироваться с опытным и знающим агентом!

Звоните по всем вопросам: никаких обязательств, но успех обеспечен!

- ✔ Индивидуальный подход
- ✔ Быстрые результаты
- ✔ Эффективные решения

Ваши интересы на первом месте!

СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА

SMILES BY STUTMAN

Dr.Stutman 248-702-6300

МЫ ПРЕДЛАГАЕМ ВАМ:

- Профилактика заболеваний полости рта
- Root Canal Treatment
- Имплантация зубов
- Все виды протезирования - коронки, мосты, съемные протезы
- Исправление прикуса и положения зубов для детей и взрослых

Опыт работы более 25 лет

Stutman Dental Office
31800 Northwestern Hwy
Suite 380, Farmington Hills, MI 48334

Отбеливание зубов всего за $90

CROWNS $899

КНИЖНАЯ ПОЛКА

АНОНИМНЫЙ ДЕТЕКТИВЩИК УКЕЦУ И ЕГО «СТРАННЫЙ ДОМ»

Рассказываем про литературную интернет-сенсацию из Японии.

○ ИРИНА КАРПОВА

Укецу скрывает лицо — он носит белую маску из папье-маше с крошечными дырочками для глаз и рта, одет в черное трико и выглядит как персонаж из фильма ужасов. У его ютуб-канала — 1,8 млн подписчиков, хотя на нем всего 50 видеороликов. Некоторые из них — из разряда «странное». Например, Укецу собирает игрушечную куклу из не очень подходящих частей: мозга, языка, глазных яблок, парика и резинки, и, хотя картинка на упаковке обещает обычного пупса, у него получается скульптурная композиция в духе Сальвадора Дали. Но миллионные просмотры Укецу принесло не увлечение сюрреальным, а загадочные истории, первую из которых — «Странный дом» — он выложил в 2020 году. Ему посоветовали переделать ее в роман, и уже в 2024 году три книги Укецу присутствовали в списке бестселлеров в Японии, а книга «Странный дом-2» занимала первую строчку. (Английский перевод его последней книги «Странные здания» запланирован к выпуску на конец февраля 2026 года.)

Так выглядит Укецу.

В разговоре с британской газетой «Гардиан» Укецу признался, что его настоящую личность знают около 30 человек. Информации о нем очень мало: Укецу живет на юге Токио, его родители развелись, когда он был ребенком, и он запустил ютуб-канал, когда работал в супермаркете. По описанию кажется, что он — персонаж из книги Саяки Мураты: одиночка, не вписывающийся в общепринятые нормы. Но в разговоре о книгах Укецу его персона играет второстепенную роль, она лишь придает его писательскому антуражу загадочности и настраивает на нужный лад: от писателя-анонима с дырочками вместо глаз ждешь чего-то чудовищного. И он эти ожидания не обманывает.

«Странный дом» начинается со слов рассказчика: он — писатель-фрилансер, который специализируется на леденящих душу историях. Люди часто пишут ему и делятся собственными. Вот одна из них. Его друг собрался покупать дом, нашел подходящий вариант в хорошем районе, но план дома показался ему каким-то подозрительным. План дома — прилагается.

Более того, на страницах книги герои и читатели будут рассматривать планы нескольких домов, и их взгляд на устройство дома будет меняться с появлением новых фактов.

Это, пожалуй, первый известный мне роман, где строителям, риелторам и прочим имеющим отношение к недвижимости специалистам будет легче обнаружить подвох. На первый взгляд, дом вполне обычный и ничем не выделяется, но при детальном рассмотрении (рассказчик обращается за помощью к своему другу, архитектору Курихаре) оказывается, что на втором этаже дома есть комната без окон, отделенная от коридора небольшим предбанником. План сообщает, что это комната ребенка.

Учитывая, сколько в информационном поле есть историй о похищении детей и сексуальном рабстве, одного домового плана оказывается достаточно, чтобы воображение читателей подскочило и начало сочинять собственные версии. К тому же это не единственная странная особенность помещения. На первом этаже есть маленькая ниша (или застенок), отнимающая квадратные метры у кухни, которая, кажется, ничему не служит. Тогда Курихара выдвигает свою версию: все эти кажущиеся странности домостроительства нужны для убийства.

«Странный дом» — это не просто ютуб-видео, ставшее книгой, а новая ступенька в развитии загадочного японского детектива. Книги Укецу во многом навеяны готическими романами Сэйси Екомидзо, хонкаку-детективами Созди Симада и даже чуть-чуть проблематикой письма «японского Симеоно» Сэйте Мацумото. Новаторство книг Укецу схоже с тем, что делает в жанре романа о чувствах ирландская писательница Салли Руни: она сверхмощным микроскопом наводит фокус на чувства героев, так что логика обстоятельств и поступки героев на контрасте становятся не так важны, и чувства движут историю вперед (но вместе с тем это не поток сознания Вирджинии Вульф).

Укецу отсекает у детективной истории с убийством всё, кажущееся второстепенным, а по факту все, что только можно отсечь. Автора интересуют только обстоятельства преступления, причем даже не мотивы и догадки, а расположение комнат.

Персонаж-детектив как таковой отсутствует. У Укецу нет своего Шерлока и комиссара Мегрэ — у рассказчика и его друга-архитектора нет никакой истории, а их диалоги записаны в виде таблицы. Психология? Объяснение поступков героев? Ничего не проговаривается, все версии, почему все случилось так, а не иначе, будут написаны в читательской голове — в книге для всего этого нет места. Как ни странно, максимальная литературная экономия Укецу играет в его пользу. В книгах такого жанра всегда велика сила допущения, из-за чего все винтики крутятся, как того желает автор. Для сравнения, в «Доме кривых стен» (1982) Содзи Симада экспозиция места преступления занимает большую часть книги, и, хотя дом с наклоненными под углом стенами и ведущими в тупик лестницами кажется очень интересным местом для сюжета, а убийства в закрытых изнутри комнатах всегда интересны, плохо прописанные герои, отсутствие интриги и, как итог, смехотворная развязка демонстрируют, что колоссы, написанные по классическим лекалам, сыпятся и не могут удержать читательское внимание. На фоне таких работ минимализм Укецу выгодно отличается тем, что его не обвинишь в штампованности персонажей. У его героев нет описания, у большинства нет даже внешности, они лишь винтики в машине преступления и расследования и хороши именно этим.

Книги Укецу написаны в смешанной технике: это самые настоящие книги с картинками, и их нельзя оттуда изъять, это смыслообразующий элемент истории. В «Странных картинках», пока еще не переведенных на русский, надо разгадывать составляющие головоломку три предсмертных рисунка молодой женщины.

Забавная история связана с переводом книги на английский: переводчик Джим Район сам предложил издательству Pushkin Vertigo Press перевести сенсационного японца, его жена была подписана на канал Укецу. Он только что перевел для издательства роман Сейси Екомидзо «Убийства дьявольской флейты» (написан в 1951 году, перевод Района вышел в 2023-м) и очаровался странными историями писателя-ютубера. Pushkin Press выпустило два романа Укецу в переводе Района. «Странный дом» во многом перекликается с «Убийствами дьявольской флейты», хотя последний — классический роман с множественными убийствами, в котором прекрасно передана атмосфера послевоенной Японии с пошатнувшимися социальными иерархиями. Книга Укецу касается японских иерархий по касательной. Что еще их объединяет: инцест *(инцест — это сексуальные отношения между близкими родственниками, которые в большинстве стран запрещены законом, рассматриваются как форма насилия, могут причинять серьёзный психологический вред и несут медицинские риски для потомства — Прим. ред.).*

Тематически Укецу идет нога в ногу с нипровергательницей норм, одной из новых звезд японской литературы Саякой Муратой: детская жестокость и сексуальность, инцест и дисфункциональные семьи — все это есть и у Укецу, и чудовищные преступления растут из плодородной почвы семейных и родовых травм. Мурату часто называют представительницей weird fiction — странной литературы, и Укецу, несмотря на свою массовость (все его романы изданы и в виде комиксов манга) и популярность, прорастает из той же странной почвы странными побегами. Его персонажи совершают такие странные, выходящие за пределы добра и зла и просто понимания поступки, что становится не важно, что это сделано для того, чтобы пазл преступления сложился. Это ломающая все представления о нормальном странность слишком похожа на иррациональность окружающей нас действительности.

Женская группа поддержки Safe space

Место, куда можно прийти и выговориться.
Без осуждения.
Без советов «как правильно».
Без необходимости быть сильной.

Это безопасное пространство, где можно просто быть собой — поговорить, поплакать, посмеяться, выдохнуть.

ТЕМЫ ВСТРЕЧ БУДУТ МЕНЯТЬСЯ КАЖДУЮ НЕДЕЛЮ — В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТОГО, ЧТО СЕЙЧАС ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ВАЖНО И ВОЛНУЕТ ЖЕНЩИН.

ПЛАНИРУЮТСЯ ВСТРЕЧИ С ПРИГЛАШЁННЫМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ И ПРАКТИЧЕСКИЕ ВОРКШОПЫ:

- здоровье и забота о себе
- эмоциональное состояние
- финансы
- бизнес и развитие
- выгорание, баланс, границы

Дети и питомцы приветствуются

КАЖДОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ С 12 ДО 5

29205 Greening St, Farmington Hills, MI 48334

248-417-6445

Ты здесь не одна. Ты здесь в безопасности.

НЕТРУДОВЫЕ БУДНИ

«НИ ОДИН ГРИМАЛЬДИ НЕ БУДЕТ СЧАСТЛИВ В БРАКЕ»: 7 ЖЕРТВ ПРОКЛЯТИЯ КНЯЖЕСКОЙ СЕМЬИ МОНАКО

Как и у любой знаменитой династии, у княжеского дома Гримальди есть не только свои скелеты в шкафу, но и семейное проклятие. Считается, что именно из-за него погибла блистательная Грейс Келли, а ее потомки не смогли обрести счастья в браке. Разбираемся, когда началась эта «черная полоса» в истории клана Гримальди, и почему нынешний князь Монако Альбер II и его супруга Шарлен (уже начали повторять печальный сценарий своих предков.

За 14 лет совместной жизни князь Альбер II и его избранница – красавица и спортсменка Шарлен Уиттсток (до замужества Шарлен была профессиональной пловчихой, представлявшей Южную Африку на Олимпийских играх, хотя родилась она в 1978 году в Зимбабве, а в ЮАР перехала только в 1989 году) пережили немало испытаний. Еще накануне свадьбы появились слухи о том, что будущая княгиня трижды пыталась сбежать от жениха, потому что чувствовала себя «несчастной и одинокой». Но официальные лица Монако уговорили ее остаться, заключив с ней сделку, согласно которой Шарлен могла вернуться домой сразу после того, как родит князю наследников.

Впрочем, со временем отношения между Альбером II и Шарлен стали налаживаться. По крайней мере, княгиня не проявляла никакого желания покинуть своего мужа, когда на свет появились их дети-близнецы – дочь Габриэлла и сын Жак. Напротив, она производила впечатление умиротворенной женщины, которая искренне счастлива в браке и полностью доверяет своему мужу, даже несмотря на наличие у Альбера II двоих внебрачных детей, рожденных в 1992 и 2003 годах.

Так продолжалось несколько лет, но в 2020 году произошло событие, которое вызвало огромный переполох в княжестве Монако и поставило королевский брак под угрозу: некая бразильянка заявила, что родила дочь от Альбера II в 2005 году. То есть в момент зачатия этого ребенка князь уже состоял в отношениях со своей будущей супругой Шарлен Уиттсток. Сообщалось, что жена Альбера II восприняла эту новость крайне тяжело.

Несмотря на то, что Шарлен заявила изданию Point de Vue, что всегда будет на стороне мужа и «защитит его», многие сомневаются в том, что она действительно сдержит свое обещание. Дело в том, что Альбер II и его супруга – далеко не первые представители семьи Гримальди, которые несчастны в браке. Считается, что над королевской династией уже несколько столетий висит проклятие. По легенде, в XIII веке монакский князь Ренье I похитил красивую фламандскую девушку, которая не отвечала ему взаимностью, а затем изнасиловал ее. Оскорбленная и униженная девушка оказалась ведьмой и прокляла весь княжеский род Монако. «Пусть отныне ни один Гримальди не будет счастлив в браке», – со злостью в голосе прошипела она. С тех пор Дом Гримальди действительно начали преследовать семейные несчастья и трагедии.

Князь Луи I и Екатерина-Шарлотта де Грамон

В 1662 году монакский престол унаследовал Луи I. Его крестным отцом был король Франции Людовик XIV, который позаботился о том, чтобы его крестнику нашли подходящую партию. Так законной супругой Луи I стала красавица из знатного французского рода Екатерина-Шарлотта де Грамон. Однако девушка оказалась очень своенравной: ей не понравился ни юный князь, ни его провинциальное княжество. Поэтому однажды ночью Екатерина-Шарлотта просто сбежала из дворца и вернулась в родной Версаль. Людовик XIV сделал вид, что расстроился из-за неудавшегося брака крестника, однако с радостью открыл двери своей спальни для хитрой беглянки.

Князь Антуан I и Мария де Лоррен

Антуан I обвенчался с дочерью французского маршала Марией де Лоррен в 1688 году, и первые годы их семейная жизнь складывалась благополучно. Однако Мария никак не могла произвести на свет наследника мужского пола. Когда у нее родилась шестая дочь, Антуан I мысленно поставил крест на своем браке и отправился в долгий поход «налево». Он даже не пытался скрывать свои интрижки от жены, а вскоре начал приводить своих внебрачных детей во дворец. Мария долго терпела наглое и бессовестное поведение супруга. Только в 1701 году она приняла решение с ним разъехаться.

Князь Альбер I и его два неудачных брака

Герою франко-прусской войны, обладателю ордена Почетного легиона, выдающемуся ученому и мореплавателю Альберу I тоже отчаянно не везло в семейной жизни. Его первой супругой стала Мария-Виктория Гамильтон. У них родился сын, но даже это не смогло спасти их брак – они развелись через 11 лет после свадьбы. Затем Альбер I женился на вдове герцога Ришелье, которая разбила немало мужских сердец. Этот брак продлился на два года дольше, но завершился ужасным скандалом. В театре, на глазах всего высшего общества, Альбер I обвинил супругу в измене и дал ей пощечину. После этого инцидента они стали жить раздельно, хотя и не оформляли официального развода.

Граф Пьер де Полиньяк и принцесса Шарлотта

Граф Пьер, отец князя Ренье III и дедушка нынешнего князя Альбера II, женился на наследнице монакского престола принцессе Шарлотте в 1920 году. Инициатором этого брака стал отец Шарлотты, который считал, что знатный и образованный граф де Полиньяк – лучшая партия, которую он только может пожелать своей дочери. Увы, это была роковая ошибка. Спустя три года семейной жизни (сразу после рождения Шарлоттой сына) Пьер признался в своих слабостях, но умолял никому не выдавать его секрет. (У графа Пьера де Полиньяка, также известного как Пьер де Лавалетт, было несколько слабостей, включая его финансовую безответственность, чрезмерную привязанность к своим родственникам, которые часто обращались к нему за финансовой помощью, а также его любовь к роскоши и развлечениям, которые не соответствовали его состоянию, что привело к его банкротству. Он также отличался нерешительностью, что стало причиной его неуспеха в политической карьере).

Князь Альбер II и его супруга Шарлен

Шарлотта была вне себя от ярости, однако что она могла сделать в сложившейся ситуации? В результате принцесса решила тайно переехать к своему любовнику, с которым прожила вплоть до 1930 года, когда ее развод графом де Полиньяк был оформлен официально.

Князь Ренье III и Грейс Келли

Несмотря на то, что брак монакского князя Ренье III и блистательной американской актрисы Грейс Келли начинался как красивая сказка о любви, закончился он ужасной и неожиданной трагедией. 13 сентября 1982 года автомобиль, за рулем которого сидела княгиня Грейс, рухнул в пропасть. Врачи заключили, что причиной инцидента стал разрыв сосуда головного мозга, из-за которого супруга князя не справилась с управлением машиной. Потеря возлюбленной стала огромным горем для Ренье III. Он так и не смог полюбить другую женщину, поэтому прожил остаток жизни в статусе вдовца. В 2005 году его похоронили рядом с Грейс Келли в семейном склепе Гримальди.

Принцесса Стефания и ее два неудачных брака

Дочь Грейс Келли принцесса Стефания в тот роковой сентябрьский день 1982 года находилась в автомобиле вместе с матерью, однако сумела выжить. 13 лет спустя она вышла замуж за своего телохранителя Даниеля Дюкре, от которого родила двух детей. Но уже через год после свадьбы разразился настоящий скандал, разрушивший их брак: выяснилось, что Даниель изменял супруге с красавицей-моделью и обладательницей титула «Мисс обнаженная грудь» Бельгии. В 2003 году Стефания вышла замуж за португальца Аданса Лопеса Переса, но и второй брак принцессы распался в течение 12 месяцев.

Принцесса Каролина и ее три неудачных брака

Старшей сестре Стефании принцессе Каролине тоже не удалось обрести счастья в браке. В возрасте 21 года она вышла замуж за банкира Филиппа Жюно, однако достаточно скоро разочаровалась в своем избраннике, который был плейбоем и кутилой. Пять лет спустя Каролина отправилась под венец с итальянским промышленником Стефано Казираги. И, казалось, на этот раз ей улыбнулась удача: Стефано оказался любящим супругом и прекрасным отцом. Но очередной рок судьбы разрушил и этот брак. 3 октября 1990 года Стефано погиб в результате несчастного случая, принимая участие в гонках на моторных лодках у берегов Монако. Сегодня принцесса Каролина находится в статусе супруги принца Эрнста Августа V Ганноверского, за которого она вышла замуж в 1999 году. Однако доподлинно известно, что супруги уже давно не живут вместе.

Станут ли князь Альбер II и княгиня Шарлен новыми жертвами семейного «проклятия Гримальди»? Или все-таки сумеют преодолеть его и сохранить свой брак? Покажет лишь время.

Откуда растут корни легенды

Истории о родовых проклятиях часто появляются там, где династия живёт на пересечении политики, религии и светской хроники. В маленьком княжестве любое семейное событие моментально становится публичным – отсюда «сверхдоказательная база» для мифа: каждый развод, внезапная смерть или громкий роман выглядели как очередное подтверждение злого рока. Со временем разные эпизоды – от неудачных браков XVII–XVIII веков до трагедии Грейс Келли сложились в цельный нарратив.

Альбер II и Шарлен сегодня: факты без домыслов

Альбер II и Шарлен поженились в 2011 году, в 2014-м у пары родились близнецы – наследник Жак и принцесса Габриэлла. Периоды разлуки и слухи о кризисе сопровождались и официальными появлениями супругов на ключевых церемониях, совместными благотворительными проектами, и работой фондов. В публичной плоскости это выглядит как попытка сохранять баланс между обязанностями двора и личной жизнью – именно там легенда о «несчастливом браке» получает новое дыхание.

Что говорят скептики: эффект подтверждения

Историки и биографы указывают на эффект подтверждения: мы замечаем события, вписывающиеся в миф, и игнорируем противоречащие. В роду Гримальди достаточно и контрпримеров: устойчивые союзы членов следующего поколения, рождение наследников, активная общественная работа членов семьи. Несчастья великих домов не уникальны – схожие драмы были у Бурбонов, Виндзоров и Габсбургов, но только в Монако они легли на очень «удобный» сюжет о проклятии.

Почему браки в княжеских домах хрупки

• Долг против частной жизни. Супруги князей и княгинь находятся под непрерывным наблюдением прессы и протокола.

• Разные мировоззрения и темпы жизни. Брак между «частным» профессиональным миром (спорт, кино, бизнес) и двором требует болезненной адаптации.

• Право и религия. Католическая традиция, правила наследования и статусные ожидания усложняют разрыв и примирение, превращая каждую трещину в публичный кризис.

Что даёт взгляд «без мистики»

Если убрать слой легенды, перед нами обычная – хотя и сверхпубличная – семейная история с высокими ставками: протокол, престолонаследие, фонды и международные партнёрства. Именно поэтому любые трудности читаются как «жертвы проклятия». Но столь же справедливо и обратное чтение: каждый совместный официальный выход, каждый семейный юбилей и устойчивые союзы в младших ветвях – аргумент против мифа.

Легенда о проклятии Гримальди – мощный культурный сюжет, который помогает «объяснить» череду драм. Но она не отменяет ни личного выбора, ни институциональных причин кризисов. История Альбера II и Шарлен ещё пишется, и её финал зависит куда больше от людей и обстоятельств, чем от слов средневековой «ведьмы».

НЕТРУДОВЫЕ БУДНИ

«РУКИ ПРОТИВЯТСЯ ЕМУ»: ИСТОРИЯ ОДНОЙ ИЗ САМЫХ СТРАШНЫХ КАРТИН СОВРЕМЕННОСТИ

Эта картина была написана более 40 лет назад и уже успела обрасти огромным количеством легенд и зловещих слухов. Что в действительности изображено на полотне? И почему оно имеет такую дурную репутацию? Попробуем разобраться.

В 2000 году художник Билл Стоунхем проверял свою электронную почту, когда увидел в папке «Входящие» (Inbox) письмо от незнакомого отправителя. В нем был только один вопрос: «Вы знаете "Руки противятся ему"?». Билл ответил незнакомцу, что это название стихотворения, написанного его первой женой, а также картины, которую он сам создал в 1972 году.

«В ответном письме он [незнакомец] прислал мне ссылку на страницу аукциона на eBay и многократно увеличенную фотографию моего лица в пятилетнем возрасте», – рассказал художник журналистке Алисе Винсент. – «Было жутко, очень жутко видеть это на моем компьютере».

Незнакомцем оказался Ким Смит, владелец художественной галереи из штата Мичиган, который незадолго до того купил картину Стоунхема. Он приобрел ее на интернет-аукционе (одном из первых в истории eBay), который привлек внимание мировой общественности благодаря нестандартному описанию товара. Продавец, пожелавший остаться анонимным, сразу же заявил, что снимает с себя всякую ответственность за то, что может произойти с будущим владельцем экспоната.

«Руки противятся ему».

«Эта картина, возможно, обладает таинственной силой, которая может повлиять на вашу жизнь», – написал он. Так началась история, которая превратила «Руки противятся ему» в одну из самых знаменитых картин современности с дурной славой.

«Папа, ночью дети выходили из картины!»

Выяснилось, что «анонимным продавцом» была женатая пара. Супруги обнаружили картину в заброшенной пивоварне, забрали ее домой и решили повесить в спальне собственной дочери. «В тот момент мы были несколько удивлены, почему эта прекрасно выполненная картина была выброшена таким образом», – рассказали они. А затем добавили: «Но теперь – нет!»

Постепенно в жизни их семьи стали

«Сопротивление на пороге».

происходить события, больше похожие на сцены из фильмов ужасов. «Однажды утром наша дочь, которой было 4,5 года, принялась нас убеждать, что ночью дети на картине дрались и вышли прямо в комнату». Отец был так сильно встревожен ее рассказом, что решил установить в спальне девочки камеру с датчиком движения, чтобы своими глазами увидеть то, что происходит ночью.

Любопытно, что пара, выставившая картину на eBay, утверждала, что не верит в существование паранормальных явлений, и пыталась найти рациональные объяснения происходящему (или делала вид, что пыталась?). Это еще больше подогрело интерес интернет-аудитории к картине.

«Чтобы предвосхитить вопросы на эту тему: [мы уверены, что] призраков и сверхъестественного не существует в этом мире», – написали они. – «Не было никаких голосов или запаха пороха. Никаких отпечатков или странных подтеков на стене». И все же видео, которое записала камера ночью, оказалось довольно неоднозначным, если не сказать – пугающим. На некоторых кадрах можно было заметить, как девочка-кукла на картине вынимает пистолет и направляет его на мальчика. Впрочем, пара опять не увидела в этом ничего потустороннего, заявив, что «вероятнее всего, это был эффект освещения».

В то же самое время многие люди, которые заходили на страницу этого аукциона, стали писать о том, что при одном взгляде на картину с ними происходили странные вещи. Кто-то терял сознание, кого-то бросало в жар. Реакция детей, которым показывали «Руки противятся ему», была и вовсе необъяснимой: некоторые истошно кричали и плакали, другие же начинали вести себя так, будто в них вселилось другая сущность. По крайней мере, так утверждали пользователи eBay.

Ажиотаж вокруг аукциона рос вместе с интригой, которая окружала картину «Руки противятся ему». За один месяц цена товара выросла со 199 до 1050 долларов. Этим случаем заинтересовался даже телеканал BBC и пустил репортаж о картине в своем эфире. Автор полотна Билл Стоунхем был удивлен не меньше остальных. Он уже успел забыть об одной из своих первых проданных работ, как вдруг – спустя 25 лет после ее создания – о ней заговорили все.

Как соседская девочка превратилась в куклу, и чьи руки отпечатались на стекле позади детей

Билл Стоунхем – художник-сюрреалист. Он создает картины, которые будто бы являются эпизодами из кинофильмов и заставляют зрителей задуматься о том, что было с героями до нарисованного «стоп-кадра», и что будет после. Стоунхему только-только исполнилось 20, когда его мастерскую посетил один известный коллекционер по имени Чарльз Фейнгартен. «Он просто достал свою чековую книжку и купил все картины, которые у меня были», – вспоминает художник. Среди них было и полотно «Руки противятся ему».

Билл рассказывал, что на создание картины, которая впоследствии стала такой популярной, его вдохновило стихотворение первой жены Роан. Стоунхем никогда не знал своих биологических родителей, так как его усыновили еще в младенчестве. Именно этой истории из жизни своего супруга Роан и посвятила свое поэтическое произведение.

«В то время у меня был старый семейный фотоальбом», – рассказывает художник. – «Там были и мои фотографии, причем один из снимков сильно заинтриговал меня». На нем Билл был запечатлен рядом с соседской девочкой, которая отвернулась от камеры. По словам Билла, его завораживал свет, падающий на фигуры двух детей на фотографии. Создавая картину по мотивам того кадра, он постарался сохранить самые яркие подробности, которые так сильно его впечатлили, – начиная от освещения, заканчивая настроением. Впрочем, как истинный художник-сюрреалист Стоунхем добавил и некоторые новые детали, которые привнесли в типичный загородный сюжет тревожные нотки.

Фотография из семейного фотоальбома, на основе которой Билл Стоунхем написал свою картину

Прежде всего, в интерпретации художника девочка превратилась в безжизненную куклу с шарнирными руками и ногами. Мальчик изображен с очень странным выражением лица, а холодный прямой взгляд его темных глаз будто бы проникает в душу каждого, кто смотрит на картину. Приглядевшись пристальнее, можно заметить самый страшный фрагмент изображения – руки, которые отпечатались по обратную сторону стекла прямо за мальчиком и девочкой-куклой. Все эти детали, собранные воедино, создают гнетущее впечатление, разумеется, только если оценивать картину, не проводя аналогий с историей жизни ее автора. На самом деле Стоунхем признается, что не видит в «Руки противятся ему» ничего сверхъестественного или пугающего. Картина передает мироощущение приемного ребенка, который не знает своего прошлого и не имеет ни малейшего понятия о том, что ждет его в будущем. Он словно заблудился в этом мире. Руки за стеклом символизируют лишь множество туманных перспектив, которые видит перед собой такой малыш.

А нужна ли нам правда?

Но в 2000 году люди, впервые увидевшие картину «Руки противятся ему», понятия не имели о том, какая история в действительности лежит за ее созданием. Они были увлечены поиском подтверждений того, что полотно обладает сверхъестественной силой. Им удалось отследить странную череду смертей, которая была связана с картиной. В 1978 году совершил самоубийство Генри Селдис, критик издания Los Angeles Times, который писал о работах Стоунхема – в том числе, о «Руки противятся ему». Друзья журналиста рассказали, что Селдис находился в тяжелой депрессии. Спустя три года ушел из жизни коллекционер Чарльз Фейнгартен – к тому моменту он успел перепродать картину американскому актеру Джону Марли, известному по роли Джека Вольца в «Крестном отце». У Джона полотно тоже не задержалось – он передал его следующему владельцу и в скором времени (в 1984 году) умер на операционном столе.

Кстати, как картина «Руки противятся ему» оказалась в заброшенной пивоварне – никто до сих пор не знает.

Билл Стоунхем рассказывает, что сегодня он продолжает регулярно получать электронные письма от людей со всего мира с вопросами о картине «Руки противятся ему». Журналисты по-прежнему просят его дать интервью, но художник уже относится к этому без особого энтузиазма. «Конечно, я могу ходить [на радио- и телешоу] и выдумывать разнообразные истории», – говорит он. Чаще всего на приглашения журналистов сегодня он отвечает одним вопросом: «Что именно вы хотите – правду?»

Художник с улыбкой вспоминает, как однажды какой-то молодой человек доказывал ему, что каждого, кто хоть раз взглянул на картину «Руки противятся ему», ждет скорая смерть. «За последние годы я порядком повеселился над всем этим», – рассказывает Билл.

«Порог откровения».

Серия работ продолжается

Стоунхем наотрез отказывается делать копии «Руки противятся ему», даже если ему предлагают большие деньги. Причина состоит не в дурной славе этого изображения и не в суевериях вокруг него. Художнику кажется, что, согласившись растиражировать картину, он внес бы свой вклад в «глобальный обман».

Вместо этого Стоунхем начал создавать работы, которые являются своеобразным продолжением «Руки противятся ему». В 2004 году он закончил картину «Сопротивление на пороге». На ней повторяется та же самая мизансцена, как на первой работе из серии. Однако на этот раз вместо мальчика художник изобразил седовласого мужчину средних лет. Кукла будто бы парит в воздухе, при этом она частично разобрана.

«Руки изобрели его».

В 2012 году человек из серии картин (отражающий образ и мироощущение самого художника) постарел еще сильнее. На полотне под названием «Порог откровений» он изображен как 100-летний старик, склонившийся над водоемом. Но вместо куклы рядом с ним уже стоит настоящая девочка, в руке у которой кукольная маска. Объяснение причин этой трансформации женской героини опять же кроется в жизненных изменениях Билла Стоунхема. Дело в том, что незадолго до того, как художник приступил к работе над этой картиной, он воссоединился со своей родной сестрой, о существовании которой не догадывался больше пятидесяти лет.

«На третьей картине кукла уже была не куклой, а живым ребенком, – рассказывает Стоунхем, – Когда я работал над этим полотном и его названием, я нашел ее [сестру]. Я испытал очень сильные чувства в тот момент». К сожалению, в тот год, когда художник закончил картину, его сестра умерла. Как оказалось, им было дано всего пять лет, чтобы наверстать упущенные десятилетия. «Нам было очень грустно, что мы не имели возможности провести вместе детские годы», – добавляет Билл.

Последняя картина из этой серии появилась в 2017 году. Она называется «Руки изобрели его». И, пожалуй, это самая странная (и действительно тревожная) работа из всех. На этот раз мы видим часть первой картины, но под другим ракурсом. Вместе с мальчиком в синей рубашке мы находимся по другую сторону оконного стекла, за которым виднеются силуэты ребенка и куклы с картины «Руки противятся ему».

Стоунхем соглашается с тем, что именно эта картина содержит в себе «что-то тревожное». Но не мистическое. «Я верю в память, а не в призраков», – поясняет он.

В ФОРМЕ

ФИТИНОВАЯ КИСЛОТА

О фитиновой кислоте (веществе-ингибиторе, которое в семенах растений выполняет защитную функцию, снижая активность ферментов, которые могли бы начать расщеплять питательные вещества слишком рано) известно, что в продуктах питания она является нежелательным веществом. При этом в различные косметические средства её включают как целебный компонент. Почему так получилось, что фитиновая кислота несёт человеку и пользу, и вред? Разберёмся в вопросе.

Польза и вред фитиновой кислоты

Фитиновая кислота — антинутриент, соединение, которое препятствует нормальному усвоению полезных веществ в желудочно-кишечном тракте. Вещество связывает и выводит молекулы ряда минералов, важных для здоровья человека.

Основные продукты питания с содержанием фитиновой кислоты — это орехи, семена, зерновые и бобовые. Их употребление в избыточном количестве чревато ослаблением костной ткани и появлением ряда болезней. После употребления орехов и семян многие жалуются на тяжесть и вздутие живота. Дело в том, что фитиновая кислота, являясь ингибитором, блокирует пищеварительные ферменты и замедляет весь процесс усвоения пищи. Фитиновая кислота обладает множеством биологических функций, поэтому отнести её к однозначно вредным не получится.

Полезные свойства фитиновой кислоты:

• Выявлено их антиоксидантное свойство.

• Вещество работает как противовоспалительное.

• Изучается противораковое действие.

• Кислота связывает и выводит тяжёлые металлы.

• Контролирует уровень сахара в крови, снижает нездоровый аппетит.

• Защищает от воздействия ультрафиолета.

Польза кислоты идёт наравне с вредом. Для получения максимального эффекта потребуется коррекция рациона и восполнение дефицитных веществ.

Основной вред фитиновой кислоты:

• Блокирует ферменты желудочно-кишечного тракта, нарушает пищеварительную функцию.

• Не даёт усваиваться кальцию, магнию, железу, цинку и ряду других минералов. Интересно, что при отказе от фитиновой кислоты в рационе усвоение этих элементов увеличивается в десятки раз.

Человеческое тело способно самостоятельно нейтрализовать до 100 мг фитиновой кислоты в сутки. По статистике эта цифра превышается в рационе человека ежедневно.

Фитиновая кислота в продуктах питания

Продукты, содержащие фитиновую кислоту, входят в рацион каждого человека. Это все крупы, бобовые, семена, а значит, и изделия из муки. Фитиновая кислота содержится также в сое и соевых продуктах, семенах подсолнечника, льна, кунжута, мака, в кукурузе и даже в какао бобах и кофейных зёрнах. Цифры варьируются в зависимости от сорта растения, региона и условий выращивания.

Каша на завтрак считается основой здорового питания, но содержание фитиновой кислоты в крупах ставит этот факт под сомнение. Хотя крупы предварительно подвергаются очистке от оболочек, а затем варке/тушению, содержание фитиновой кислоты снижается незначительно. В какой крупе больше всего фитиновой кислоты? Лидирует коричневый рис, второе место занимает пшеница, третье — дикие сорта риса. Большая доля кислоты приходится на оболочку зерна, поэтому цельнозерновые виды круп содержат максимальное количество ингибитора.

Группа орехов — лидер среди продуктов по содержанию кислоты. Именно после такой пищи люди чувствуют тяжесть, боли в желудке, страдают метеоризмом. Порция орехов в сутки ограничивается горстью. Самые тяжёлые для ЖКТ разновидности — миндаль, грецкий, пекан, кешью.

Семечки составляют лишь небольшой процент рациона, но они очень питательны. Их дозировка строго ограничивается, так как превышение нормы определённых веществ чревато осложнениями здоровья. Так, семена льна вызывают активную чистку желчных протоков. Людям с проблемами выделительной системы лучше не налегать на продукт.

Многие любят семена подсолнечника. В них тоже обнаружился ингибитор.

Содержание антинутриента в отрубях почти приравнивается к крупам. Так как отруби фактически являются оболочками зёрен, они могут увеличивать нагрузку на организм человека, особенно при минеральной недостаточности.

Нейтрализация фитиновой кислоты

Отказываться от орехов, каш и семян неразумно, ведь эти продукты являются ценным источником жирных кислот, белка, сложных углеводов, витаминов и редких микроэлементов. А как быть вегетарианцам, чьё меню состоит почти наполовину из зерновых? Выход есть, и довольно простой: это нейтрализация фитиновой кислоты путём замачивания. С рекомендацией выдерживать в воде крупы перед варкой сталкивались многие, а про то, что орехи тоже нужно подвергать этой процедуре, знают далеко не все. Интересно, что вкус и консистенция орехов после замачивания меняется в лучшую сторону: они становятся мягче, нежнее. Никакая тяжесть и газообразование желудку не грозит, если вы избавитесь от фитиновой кислоты в продукте.

Как вывести фитиновую кислоту из организма

Орехи или крупы тщательно промываются под струёй воды. В чистую ёмкость наливается вода комнатной температуры, в неё погружается продукт. Замачивание проводится в тёплом помещении. Оптимальная температура — комнатная, до +25. Продолжительность замачивания зависит от продукта. Например, для разрушения ингибиторов и витаминизации пшеничных зёрен потребуется 12 часов, для овсянки — 14, для льна — 7. Замачивайте орехи кешью в течение 6 часов, фасоль, чечевицу и горох — 10, гречку — 5–6, белый рис — 9 часов. Когда орехи или крупы будут готовы, их снова промывают и используют по назначению. Замачивание полезно еще и тем, что оно запускает процесс размножения лактобактерий, полезных для микрофлоры кишечника.

Другие способы нейтрализации фитиновой кислоты

Проращивание зёрен. После замачивания продукт помещается во влажную марлю. Проращивание занимает 1-2 суток. Не забывайте, что оптимальная длина ростка — 1-2 мм. В этом виде зёрна наиболее полезны и вкусны.

Обжаривание. Не самый эффективный метод, зато быстрый. При этом разрушается не только фитиновая кислота, но и другие, более полезные вещества.

Ферментация (квашение). Это наиболее эффективный способ. Для закваски используется ржаная мука. Если выдержать зёрна при 33°C (91F) в течение 4 часов, закваска уничтожит до 60 % антинутриента.

Замачивание и другие процедуры. При этом происходит активация фермента фитазы в составе продуктов. Она отвечает за расщепление фитиновой кислот. Ускоряет активацию фитазы добавление щепотки морской соли в воду для замачивания. Микрофлора кишечника человека тоже вырабатывает этот фермент, но в недостаточных количествах.

Совет. Чтобы помочь организму, добавляйте в рацион наряду с крупами и орехами продукты, богатые кальцием, витамином С и D.

Фитиновая кислота в косметологии

Вернёмся к пользе фитиновой кислоты. Антиоксидантные свойства соединения используются в косметологии для поддержания красоты кожи. Вещество снимает воспаления, отбеливает, устраняет пигментацию и рубцовые образования, омолаживает ткани, возвращая им эластичность. Фитиновая кислота входит в основу фитинового пилинга — процедуры по омоложению. В косметике кислота используется в качестве увлажнителя, отбеливающего, антивозрастного, отшелушивающего компонента, консерванта.

Не стоит паниковать и отказываться от продуктов с содержанием фитиновой кислоты. Просто восполняйте минералы и витамины, разумно сочетайте крупы, орехи и семена с фруктами, овощами. А также не пренебрегайте дополнительными обработками продуктов. Очень удобно проводить замачивание на ночь.

6 ПРОСТЫХ СОВЕТОВ, КАК НЕ НАБРАТЬ ЗИМОЙ ЛИШНИЕ КИЛОГРАММЫ (ДАЖЕ ВО ВРЕМЯ ПРАЗДНИКОВ)

А вы задумывались, почему в холодное время года наш аппетит увеличивается в два или даже в три раза? Все дело в том, что организм нуждается в обогреве, который обычно дает еда. Мы расскажем вам, как удовлетворить его потребности, но при этом не набрать лишний вес во время новогодних праздников.

Совет 1: Добавьте в рацион молочные продукты. В первую очередь нужно проанализировать свой рацион и понять, насколько он разнообразен и полноценнен. Вполне возможно, что в нем отсутствуют (или присутствуют, но в малом количестве), молочные продукты. Вот с них и нужно начать. Йогурт, сыр, ряженка и другие продукты, в составе которых есть молоко, содержат кальций, фосфор и магний. Именно они выполняют роль жиросжигателей и помогают поддерживать себя в хорошей форме. Кроме того, если организм будет получать достаточное количество белка, у вас получится не только утолить голод, но и взять его под контроль. Главное — не слишком увлекаться. Тот же сыр содержит много жиров, и если вы будете ежедневно употреблять по 100 граммов, тело спасибо не скажет.

Совет 2: Познакомьтесь с ароматерапией. Многие считают, что ароматерапия — глупость, на которую не стоит тратить свое время. Но на самом деле, это отличный способ успокоиться, расслабиться, привести мысли в порядок, а также унять резко разыгравшийся аппетит (да-да, тот самый, который появляется в 22.00). Можете выбирать практически любые ароматы: ваниль, корицу, мандарин, жасмин, лаванду, розмарин и прочие — все они способствуют отличному настроению и помогают снизить аппетит. В момент ароматерапии мозг подает команду организму о насыщении исключительно благодаря запахам, и потом вам уже не хочется есть. Обратите внимание: к ароматерапии нужно подходить с умом, ведь переизбыток инородных запахов, которые плохо воспринимаются вашим организмом, может привести к нервозности и головным болям. Поэтому постарайтесь найти подходящий аромат и используйте его не слишком интенсивно.

Совет 3: Пейте много воды. Банальный совет, но он работает. Очень важно, чтобы организм получал в сутки достаточное количество воды и не обезвоживался, так как это приводит к слабости, головным болям, быстрому старению кожи и прочим малоприятным последствиям. Чтобы рассчитать, какое количество жидкости вам нужно выпивать за день, воспользуйтесь простой формулой: умножьте свой вес на 30 (именно столько миллилитров воды рекомендовано употреблять на 1 килограмм массы тела). То есть, если вы весите 60 кг, ваш базовый минимум составляет 1800 мл воды в сутки.

Кроме воды, эксперты рекомендуют включать в свой рацион овощи и фрукты с большим содержанием жидкости и антиоксидантов. Это могут быть огурцы, помидоры, персики, морковь и пр. Жидкость, которая содержится в них, легко проникает в клетки организма, не нарушая кровообращение и не вызывая отеков. Кстати, много воды также содержится в куриной грудке, запеченной на гриле, и лососе — около 60%. Берите на заметку!

Совет 4: Используйте льняную муку. Обычно, когда дело доходит до выпечки, мы по традиции используем пшеничную муку (если придерживаемся правильного питания, то рисовую или овсяную). А вот льняную почему-то все игнорируют, хотя по вкусу и свойствам она на голову выше большинства разновидностей этого продукта. Эта мука обладает приятным ореховым вкусом, содержит в себе множество полезных витаминов и минералов: калий, магний, цинк, витамины группы В, жирные кислоты омега-3 и омега-6. Стоит ли говорить, что в зимнее время они нужны организму, как воздух? Эти вещества способствуют укреплению иммунитета, насыщают энергией, положительно влияют на нервную систему и работу мозга. Кроме того, благодаря белкам и клетчатке выпечка, приготовленная на основе льняной муки, быстро утоляет голод и дарит чувство сытости на несколько часов. Вы можете использовать ее везде, куда привыкли добавлять пшеничную муку. Готовьте блины, оладьи, кексы, булочки — в общем все, что захотите.

Совет 5: Возьмите аппетит под контроль. Не идите на поводу у своего

ПОЧЕМУ КОРЕЙЦЫ — САМАЯ СТРОЙНАЯ НАЦИЯ В МИРЕ: 5 ПРАВИЛ ПИТАНИЯ, КОТОРЫЕ ПОМОГАЮТ МАЛО ВЕСИТЬ

Как вы думаете, в каких странах наблюдется самый низкий процент ожирения населения? Первое место занимает Вьетнам – всего около 2,1% взрослых страдают ожирением. Также очень низкие показатели фиксируются в Бангладеш (3,6%), Тиморе (3,8%) и Японии (4,3%). Среди лидеров находится и Южная Корея. В ней ожирение наблюдается всего у 4% людей. И что самое интересное, эти люди не мучают себя интенсивными тренировками в спортзале, жесткими диетами и контролем веса. Секрет заключается в культуре питания, которую может взять за основу любой человек. Издание Novate.ru рассказывает о ней более подробно.

Правило 1: кимчи всему голова

Пожалуй, самым знаменитым национальным блюдом Ю. Кореи является кимчи – квашеная капуста с добавлением имбиря, острого перца и чеснока. Интересно, что она присутствует на столе корейцев постоянно – утром, в обед и вечером, причем, не в качестве гарнира или закуски, а как обязательная деталь. Ее можно сравнить с хлебом, который в разных странах тоже подают в дополнение к каждому приему пищи.

Но как кимчи связана с весом? Дело в том, что в состав ферментированных продуктов входят пробиотики – живые бактерии, которые населяют кишечник и оказывают прямое влияние на процесс пищеварения. Согласно результатам исследований, люди с правильной и разнообразной микрофлорой гораздо реже набирают вес, чем те, у кого недостаточно живых бактерий.

Пробиотики отвечают за быстрое усвоение пищи и питательных веществ, снижают риск возможных воспалений и даже снижают аппетит и тягу к сладкому. Когда кишечник нормально функционирует, организм не требует быстрых углеводов для получения энергии. То есть, от баланса микрофлоры напрямую зависит баланс аппетита.

Однако кимчи – не единственный ферминтированный продукт на столах корейцев. Также в их меню входят квашеные овощи кимчжан и соевая паста твенджан. Нередко можно встретить и йогурты на основе ферментированного риса.

Если вам понравилось это корейское правило питания, смело добавляйте в свое меню квашеную капусту. Для здорового метаболизма в день достаточно будет употреблять по несколько столовых ложек. Или же заглядывайте в корейские лавки и покупайте квашеные овощи там – разнообразие их ассортимента точно вас удивит.

Правило 2: несколько маленьких блюд вместо одного большого

Если вы придете в корейский ресторан, первое, что бросится вам в глаза – это нестандартная подача блюд. Вместо трех-четырех больших тарелок, официанты поставят перед вами около десяти маленьких. В каждой тарелке будет находиться свое блюдо: овощи, морепродукты, грибы и т.д. Отдельно вам принесут миску с супом и рис. Такая система маленьких порций называется панчхан, и от ее соблюдения во многом зависит стройность корейцев.

Здесь нет никакой тайны: когда перед вами много разнообразных блюд с насыщенными вкусами, чувство голода утоляется гораздо быстрее, чем если бы вы ели только борщ с хлебом или макароны с мясом. И большой объем продукта здесь абсолютно не нужен. Вы понемногу пробуете содержимое каждой тарелки и, незаметно для себя, наедаетесь, полностью удовлетворяя вкусовые предпочтения вашего мозга.

При желании панчхан вполне можно адаптировать к вашей системе питания – достаточно лишь вместо одной большой тарелки подавать на стол несколько маленьких. Содержимое должно быть разнообразным: в первой пусть будет гарнир, во второй – мясо или рыба, в третьей – овощи, в четвертой – квашеная капуста, в пятой – грибы, и так далее. Вы не заметите, как начнете наедаться маленькими порциями. Соответственно, и калорий станете употреблять меньше.

Правило 3: суп — обязателен

И речь идет даже не о том, чтобы просто каждый день есть суп. В Корее его подают на завтрак, обед и ужин. Здесь он не считается первым блюдом, а подается вместе с рисом, мясом и овощами. Разнообразие корейских супов впечатляет – местные хозяйки готовят острый суп с кимчи и тофу, суп из морских водорослей, суп на соевой пасте и др.

В чем главная польза этого блюда в вопросе похудения? Суп не содержит много калорий, но при этом всецело «заполняет» желудок, создавая в нем объем, благодаря чему сигнал насыщения приходит быстрее. На большую тарелку выходит примерно 150 калорий, но при этом вы едите овощи, белок и бульон – получается весьма разнообразно. Можете проверить: съев одну тарелку супа и одну тарелку макарон по-флотски, вы почувствуете одинаковое насыщение, но в первом случае прием пищи получится менее калорийным.

В Корее супы, борщи и другие первые блюда часто подают на ужин, и это идеальный вариант трапезы перед сном. Обычно готовят легкий овощной вариант с кусочками курицы или рыбы, чтобы блюдо получилось более питательным. Суп не перегружает желудок, не доставляет дискомфорта и после него вы не чувствуете себя похожим на воздушный шар.

Обратите внимание: Практически вся корейская еда (в том числе и супы) – острая. А, как мы все знаем, острота способствует быстрому усвоению пищи и снижению аппетита. Впрочем, если вы не фанат такой еды, можете готовить и неострый суп, это не принципиально.

Правило 4: минимум сахара

Корейцам стоит отдать должное – в их национальной кухне практически нет десертов. Обычно их готовят только по праздникам, а в повседневном рационе присутствуют максимум фрукты. Никаких конфет, печенья, бисквитов, пирожных! Возможно, все дело в том, что в Корее скептически относятся к сахару. Его редко добавляют в чай, кофе и другие напитки, каши тоже готовят без сахара. Если блюдо нужно сделать сладким, в ход идет мед или фрукты.

Пожалуй, это один из главных секретов стройности корейцев, ведь отсутствие в рационе сахара позволяет избежать скачков глюкозы в крови и накопления жира. Организм практически не требует быстрых углеводов, ведь он не раскачивается на «сахарных» качелях.

Кроме того, корейцы готовят исключительно из свежих продуктов, а вот полуфабрикаты – большая редкость. Готовых соусов и снеков тоже минимум – возможно, они встречаются иногда в магазинах, но точно не являются основой корейского питания.

На западе все с точностью до наоборот – сахар кладут везде, а основой рациона становится переработанная еда и полуфабрикаты. Конечно, полностью отказаться от сладкого сложно, но снизить количество сахара в рационе вполне реально. Для начала можно перестать добавлять его в привычные нам напитки – чай и кофе. В выпечке повара рекомендуют использовать сахарозаменитель или добавлять сладкие фрукты и овощи, например, тыкву, морковь, бананы и пр.

Правило 5: острая пища для ускоренного метаболизма

Мы уже упоминали о том, что в Корее большая часть блюд – острая. В состав многих из них входит перец чили, поэтому каждый соус, суп, маринад, ферментированные овощи нужно пробовать с предельной осторожностью – кто знает, возможно, для вас это будет чересчур остро.

В состав перца входит вещество капсаицин – именно оно ускоряет метаболизм и делает его более качественным. После того, как острая пища попадает в желудок, повышается температура тела, учащается пульс и организму приходится тратить на переработку еды гораздо больше калорий. Конечно, в день эта разница будет не слишком заметной, но, если регулярно включать в свое меню острые блюда, результат вас порадует.

Также еда «с перчиком» снижает чувство голода. После того, как вы съедите пару столовых ложек острой кимчи, аппетит сразу станет меньше. Не привыкли к такой пище? Значит, нужно начинать постепенно. Обратите внимание, что если у вас гастрит или любые другие проблемы с ЖКТ, острая еда не впишется в ваше ежедневное меню.

организма, и старайтесь правильно расшифровывать знаки, которые он вам отправляет. Вполне возможно, что чувство голода, которое вы ощущаете в данный момент, на самом деле связано с жаждой, и вам будет достаточно выпить стакан воды, чтобы его утолить.

Также нужно знать, какие продукты способны насытить, а какие, наоборот, спровоцировать аппетит. Например, всеми любимые яблоки и цитрусовые, которые сами по себе не несут никакого вреда для фигуры, усиливают чувство голода в несколько раз. Поэтому совсем неудивительно, что после трех съеденных мандаринок вам еще больше хочется есть.

К продуктам-«провокаторам» ожидаемо относятся сладости, хлеб, колбаса, картофель фри и прочие блюда, приготовленные в большом количестве масла. Главная проблема такой еды состоит в том, что она одновременно содержит и соль, и сахар, и жир – в общем, ядерная смесь, которая формирует ложный сигнал о голоде и передает его нашему мозгу.

Совет 6: Питайтесь по часам. Самый популярный режим питания, который продвигают многие эксперты в этой области – дробное, не менее четырех раз в день.

Однако такая схема подходит далеко не всем. Некоторые люди, наоборот, от частых перекусов испытывают еще большее чувство голода, а некоторым приходится есть через силу, потому что организм не успевает проголодаться до момента следующего приема пищи. Понятное дело, что в обоих случаях так питаться нельзя, потому что никакой пользы от этого не будет.

Что же делать в этом случае? Во-первых, следует немного отпустить контроль. Нельзя всю жизнь следить за тем, что, когда и в каких количествах вы едите – это истощает морально. Самый оптимальный вариант, которого стоит придерживаться – трехразовое питание. Да-да, всеми известные завтрак, обед и ужин. Но здесь важно понимать, что каждый прием пищи должен быть полноценным, а не состоять из бутерброда и чашки кофе.

Также стоит учитывать, что каждый прием пищи должен ежедневно происходить в одно и то же время. Когда организм привыкнет к «расписанию», вы будете ощущать голод четко по графику. Ужинать нужно не позже, чем за три часа до сна. Правило о том, что нельзя есть после 18.00 работает только у тех, кто ложится спать максимум в 21.30. А вот если вы привыкли бодрствовать до 23.00 или даже до полуночи, тогда график нужно немного скорректировать.

Еще несколько полезных рекомендаций:

• **Повышайте уровень физической активности.** Можно начать с обычной утренней зарядки, которая будет длиться 15-20 минут, а затем добавить одну-две тренировки в зале. Старайтесь больше ходить, поднимайтесь домой по ступенькам, а не на лифте.

• **Высыпайтесь.** Чем меньше и хуже вы спите, тем сильнее вырабатывается грелин – гормон голода. Соответственно, чтобы контролировать свой аппетит, нужно спать хотя бы 7 часов.

• **Меньше нервничайте.** Часто мы пытаемся «заесть» стрессовую ситуацию сладким, фаст-фудом и прочими, не слишком полезными блюдами. Поэтому так важно отличать эмоциональный голод от физического.

РЕКЛАМА

ВОСПОЛЬЗУЙТЕСЬ НАШЕЙ РЕКОМЕНДАЦИЕЙ, ЧТОБЫ ОБЕСПЕЧИТЬ СЕБЕ ФИНАНСОВОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ

1. **УВЕЛИЧЕНИЕ ВАШИХ СБЕРЕЖЕНИЙ с помощью инвестиционных портфелей.**
2. **СТРАХОВАНИЕ: жизни, пенсионного/401 (K) плана, дохода в случае инвалидности, долгосрочного медицинского обслуживания.**
3. **ПЛАНИРОВАНИЕ пенсионных льгот**
4. **ANNUITY**

Работайте со знающим финансовым специалистом, которому Вы можете доверять!

Дмитрий Кныш (Dmitri Knysh), CASL

MassMutual Great Lakes
3000 Town Center, Suite 3100
Southfield, MI 48075

Опыт работы более 25-ти лет.

MassMutual Great Lakes

734-358-5996
Dknysh@financialguide.com
www.knyshfinancial.com

Местные фирмы являются торговыми офисами компании Massachusetts Mutual Life Insurance Company (MassMutual) и не являются дочерними компаниями MassMutual или ее филиалами. Услуги рекомендаций относительно ценных бумаг и инвестиций предлагаются через квалифицированных зарегистрированных представителей компании MML Investors Services, LLC. Член Корпорации защиты инвесторов в ценные бумаги (Securities Investor Protection Corporation, SIPC). 3000 Town Center, Suite 3100, Southfield, MI 48075. 248-357-7600.
Услуги планирования имущественного наследования предоставляются в рамках совместной работы с Вашим юристом по планированию имущественного наследования, юристом по вопросам налогообложения и/или сертифицированным специалистом в области финансового учета. Вы можете консультироваться с ними для получения конкретных рекомендаций по юридическим или налоговым вопросам.
Услуги относительно трастов предоставляются MassMutual Trust Company, FSB, находящейся в полной собственности дочерней компанией Massachusetts Mutual Life Insurance Company (MassMutual).
CRN202208-270313

Мы не принимаем Medicare и Medicaid.
Только PPO plans.

MY FAMILY DENTAL

Ольга Янкелевич, DDS, PhD

248-305-1689
www.myfamilydental.com
24033 Meadowbrook Rd, Novi, MI 48375

Высококвалифицированный стоматолог, кандидат медицинских наук с более чем 20-летним стажем работы в лучших клиниках Москвы.

Закончила 3-й Московский Стоматологический Институт, University of Buffalo School of Dental Medicine.

- **Все виды стоматологических работ: пломбирование, имплантация и протезирование (мосты, partial and full dentures), рут каналы, коронки, удаление зубов, а также отбеливание и чистка**
- **Мы предлагаем Invisible Brases для исправления прикуса и улучшения вашей улыбки за $4500 (обычная цена $5000) downpayment $500 и оставшаяся сумма может быть выплачена в течение года**
- **Высокий уровень обслуживания, тщательно, быстро и безболезненно!**
- **Уникальные передовые технологии, грамотные специалисты**

СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

осмотр для новых пациентов на $55
full mouth x-ray, panoramic x-ray, comprehensive doctor's exam

РЕКЛАМА

Быстрая регистрация брака на дому или в любом удобном для вас месте!

Сэкономьте ваше время
и сделайте день особенным!

Майкл Саркисофф,

лицензированный рукоположенный чиновник, предлагает услуги регистрации брака на дому или в любом выбранном вами месте. Также могу вам помочь с подачей, оформлением и получением предварительной лицензии на бракосочетание, чтобы ваше торжество прошло без лишних хлопот.

Быстрая и удобная регистрация в комфортных для вас условиях. Свяжитесь со мной по телефону

248-747-3437

чтобы обсудить детали и забронировать дату.

Если у вас не получается пройти экзамен гражданства в США из-за проблемы с английским языком и неспособности выучить Американскую историю, обращайтесь к нам

- консультации и поддержка при заполнении различных официальных документов
- нотариальные услуги
- помощь при оформлении пенсии

Требуется помощь?

Мы рядом, чтобы помочь вам!

248-963-0030

Immigration Helpers · 2891 East Maple Road, STE 200, Troy, MI 48083

ATTORNEY NARGIZ NESIMOVA KRAMER

NESIMOVALAW.COM

Phone: **248-881-2981** · Email: **Nesimovalaw@gmail.com**

29850 NORTHWESTERN HIGHWAY, SUITE 250, SOUTHFIELD, MI 48034

- **Criminal law, Drunk Driving and Traffic Tickets -**

Уголовное право (правонарушения и уголовные преступления), **Дорожные штрафы и вождение в нетрезвом состоянии**

- **Wills and Power of Attorneys - Завещания и доверенности**
- **Real Estate and Business Law - Недвижимость и коммерческое право**

I have also partnered with the best attorneys and law firm in Michigan who specialize in the following areas of law:

- **personal injury**
- **auto accidents**
- **truck accidents**
- **motorcycle and bus accidents**
- **medical malpractice**
- **dog bite injuries**
- **nursing home abuse**
- **premises liability**

CALL ME and we will make sure your case is handled properly.

Я сотрудничаю с лучшими адвокатами и юридическими фирмами в Мичигане, которые специализируются на:

- **телесные повреждения или увечья**
- **автомобильные аварии**
- **аварии грузовиков**
- **врачебная ошибка**
- **травмы от укусов собак**
- **насилие в доме престарелых**
- **гражданская ответственность, связанная с недвижимостью**

Позвоните мне, и мы позаботимся о том, чтобы ваше дело было рассмотрено должным образом.

РЕКЛАМА

US TOUR

Club 22

ВЕДУЩИЙ:

РОВШАН АСКЕРОВ

21 МАРТА

НАЧАЛО В 6:00 PM

Формат подойдет как опытным игрокам, так и тем, кто давно хотел попробовать себя в интеллектуальной игре высокого уровня.

Готовы проверить логику, скорость мышления и умение играть в команде?
В Мичигане состоится интеллектуальная игра в лучших традициях «Что? Где? Когда?».

Как записаться на игру, достаточно написать нам сообщение и указать:

- имя и фамилию
- город
- количество участников
- название команды (если уже придумано)

Связь с нами:

https://www.facebook.com/share/1CBsQ59anK/
https://www.facebook.com/share/1CQP874Acq/
Telegram: @bebiateo, @DavyRoch
WhatsApp / SMS: +1 201 494 8228

Craft Breww City
27843 Orchard Lake Rd,
Farmington Hills, MI 48334

Количество мест ограничено.
Рекомендуем бронировать участие заранее.

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ ВЕЧЕР, КОТОРЫЙ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ЗАПОМИНАЕТСЯ!

---

1 МАРТА

3 ЧАСА ДНЯ

клуб 60 секунд
#60secondsDetroit

представляет

СОВЕТСКИЕ МУЛЬТИКИ
против
Disney

***КВИЗ*, на котором мы наконец попробуем выяснить, КТО КРУЧЕ из ушастых персонажей — мышь или неизвестный зверь**

ВАС ЖДУТ:

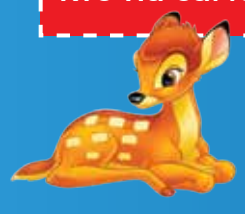
Раунды только с любимыми с детства советскими мультфильмами.
Раунды, посвящённые Disney — от ***«БЭМБИ»*** до ***«ЭНКАНТО»***, от ***«АЛАДДИНА»*** до ***«ХОЛОДНОГО СЕРДЦА»***.

И, конечно, смешанные раунды — ***СОПОСТАВИМ ГЕРОЕВ***, угадаем мультфильм по четырём предметам, разберемся со злодеями и выясним, кто на самом деле правит мультвселенными.

Ностальгия, юмор и увлекательные задания — приглашаем всех, кто вырос на противостоянии Волка и Зайца и приключениях Микки Мауса.

Для детей от 6 лет | Команды до 8 человек
Для малышей будет отдельная комната: рисование и присмотр бебиситтеров БЕСПЛАТНО — пока родители спокойно играют.

Стоимость участия: $25 — взрослый
$10 — ребёнок за игровым столом



CRAFT BREWW CITY: 27843 Orchard Lake Rd, Farmington Hills, MI 48334

LOVE STORY

РИТА ХЕЙВОРТ

○ ДОРА ГОЛДОВСКАЯ

В 2018 году Америка праздновала 100-летие со дня рождения блистательнейшей голливудской актрисы и танцовщицы Риты Хейворт – первой испанки Голливуда и первой голливудской принцессы. Ее образ стал символом гламура, женственности и загадочности эпохи.

Маргарита Кармен Кансино родилась в Бруклине, штат Нью-Йорк, 17 октября 1918 года и была старшим ребенком в семье Кансино. Кроме нее, в семье еще были братья Эдуардо и Вернон.

Ее отец Эдуардо Кансино был эмигрантом из Испании и профессиональным танцором в нескольких поколениях, отец которого владел лучшей в мире школой болеро *(испанское болеро – медленный романтический танец и музыкальный стиль, возникший в XVIII веке в Испании – Прим. ред.)* в Мадриде. Он приехал завоевывать Америку с младшим братом Анжело, тоже танцором. Эдуардо стал выступать в небольшом бродвейском театре, где и познакомился с хористкой, американкой с ирландскими корнями Волгой Хейворт, на которой в 1917 году женился, а через год родился их первый ребенок – Рита.

Отец сразу заявил, что девочка будет профессиональной танцовщицей и, как только Рите исполнилось 3 года, он привел ее в танцевальный класс. Танцевать ребенку не хотелось, лучше поиграть с куклой или побегать с детьми, но она боялась рассердить сурового отца и послушно ежедневно тренировалась по четыре часа.

Детства у нее не было, в школу она почти не ходила, но зато были постоянные ежедневные тренировки. В 5 лет она стала выступать на Бродвее с родителями и Анжело с танцевальным номером «Четыре Кансино», а в 8 лет снялась в фильме Fiesta («Фиеста»).

В 1927 году семья переезжает в Голливуд, где, по мнению Эдуардо, снимается много мюзиклов и танцевальная школа будет процветать. На первых порах так и было, но наступил октябрь 1929 год, когда в один день рухнул финансовый Уолл-Стрит, закрылись все банки и многие предприятия, и на улицы Америки выплеснулась огромная масса безработных. Началась Великая депрессия, и школу Эдуардо пришлось закрыть, людям было не до танцев. Он решает выступать с дочерью с программой «Танцующие Кансино», но по законам Калифорнии несовершенная 12-летняя Рита не имела права выступать в ночных барах и ресторанах, поэтому они переехали в пограничную мексиканскую Тихуану. Эдуардо красил каштановые волосы Риты в черный цвет, делал сзади тугой пучок (под мексиканку), одевал ее в откровенные наряды, чтобы она выглядела старше и говорил, что она его жена. Трагедия девочки началась, когда отец стал проявлять к ней сексуальный интерес. Почувствовав это, мать стала ложиться спать с дочерью, чтобы защитить ее. Рита панически боялась отца и домашнее насилие испепелило ее внутри. В будущем она осталась неспособной строить длительные отношения с многочисленными мужьями.

В 16 и 17 лет она снялась в танцевальных эпизодах в фильмах и с помощью менеджера киностудии Fox, впечатленного ее выступлениями, получила 6-месячный контракт со студией. Она даже стала репетировать главную роль в фильме Ramona («Рамона»), но поменялось руководство студии, и новый ее глава отдал главную роль своей любовнице.

В 1937 году 18-летняя Рита вышла замуж за нефтяного контрактора Эдварда Джадсона, который был вдвое старше нее и казался сильным и заботливым. Но у Джадсона были совершенно другие мотивы: он увидел ее большой потенциал, а, значит, и большие деньги, и стал лепить из нее звезду. Во-первых, она сменила испанскую фамилию Кансино на фамилию матери, звучавшую по-американски – Хейворт, подправила форму носа, сделала электролиз по линии волос *(это метод перманентного удаления нежелательных волос с помощью электрического тока, направленного на волосяной фолликул. Он особенно эффективен для коррекции линии лба, висков, затылка и других зон – Прим. ред.)*, так что волосы поднялись. Джадсон придумал покрасить волосы Риты в рыжий цвет, высветлив их впереди. Она брала уроки сценической речи. На все это ушёл год, а, когда измененная Рита появилась на киностудии Columbia Pictures, потрясенный её видом глава студии Генри Кон, суровый и деспотичный босс, сразу заключил с ней контракт на 7 лет, и она снялась в пяти фильмах подряд. Это не были главные роли, но Рита набиралась сценического мастерства, и уже в фильме 1939 года Only Angels have Wings («Только у ангелов есть крылья») показала свою зрелость, хоть и в роли второго плана. А в 1940 году появилась фотография Риты Хейворт на обложке популярного журнала Life.

В 1941 году она с огромным триумфом снялась в главной роли мюзикла You'll Never Get Rich («Ты никогда не станешь богатым») с большой танцевальной звездой Фредом Астером. Никогда Columbia Pictures не получала за фильм такой прибыли, поэтому сразу же сняли еще один мюзикл – You were never lovelier («Ты никогда не была восхитительнее») с теми же актерами и с таким же успехом. Позже Астер признавал, что Рита Хейворт была его лучшей партнершей – высокий профессионализм и яркая танцевальная индивидуальность позволяли ей буквально «летать» по сцене.

В августе 1941 года, за четыре месяца до вступления США во Вторую мировую войну, на обложке журнала Life появился знаменитый и ставший национальной иконой снимок Риты Хейворт, где она сидит в сатиновой сорочке с кружевными шлеечками. Никогда еще в Америке не продавалось

Рита Хейворт

такое количество фотографий ни одной звезды (5миллионов!). Рита стала секс-символом Америки, в каждом доме на стене был ее портрет, пришпиленный кнопкой, то есть pin-up, за что ее называли pin-up girl. Эта простая сатиновая сорочка Риты Хейворт в 2002 году была продана на аукционе за 26,888 тысяч долларов.

Развод после 5-летнего брака с жестоким Эдвардом Джадсоном в 1942 году дался Рите тяжело, но в поисках тихой гавани она в 1943 году выходит замуж за продюсера Орсона Веллеса, который, не зная Риту, влюбился в ее фотографию. У них родилась девочка Ребекка. Рита была счастлива, она хотела купить дом, хотела тихого семейного покоя, но Орсон не хотел ничего, а только снимать ее. Она, разочаровавшись, развелась с ним в 1947 году.

В 1944–1947 годах фильмы с ее участием были самыми кассовыми в мире, что сделало Риту самой популярной звездой. Самым ярким и выдающимся фильмом, по мнению критиков, явился фильм 1946 года Gilda («Гильда»), где она снялась с Гленном Фордом. Ее стриптиз с одной перчаткой стал классикой кино *(это был не полноценный стриптиз, а культовый момент, в котором Рита Хейворт выходит на сцену в вечернем платье и начинает петь Put the Blame on Mame, соблазнительно снимая одну длинную перчатку, вызывая бурю эмоций у зрителей и персонажей. Эта сцена стала символом гламура и сексуальности Золотого века Голливуда – Прим. ред.)*. После этого фильма она получила прозвище «роковая женщина».

В 1946 году Америка проводила на Маршалловых островах Тихого океана операцию Crossroads – серию ядерных испытаний для изучения воздействия атомных взрывов на корабли, и на корпусе одной из первых испытанных атомных бомб красовался портрет Риты Хейворт в образе ее героини из фильма Gilda – символа соблазна и разрушительной красоты. Это стало одним из самых известных примеров слияния поп-культуры и военной символики.

Это задумывалось как комплимент, но Рита была оскорблена, она рвалась в Вашингтон, чтобы провести встречу с журналистами и объяснить, что не имеет к этому никакого отношения и всегда была пацифисткой.

По новому контракту с Columbia Рита Хейворт стала получать 250 тысяч долларов в год, огромные деньги по тем временам, плюс 50% от кассовых сборов каждого фильма, став самой высокооплачиваемой голливудской звездой.

В 1948 году она с продюсерской группой приехала в Канны со своим блистательным фильмом The Loves of Carmen («Любовь Кармен» или «Кармен»), который был принят зрителями с восторгом. На ее беду в то же время в Канны приехал пакистанский дипломат и светский деятель принц Али Хан, известный ловелас, красавец, давно женатый. Принц серьезно увлекся Ритой и она тоже потеряла голову, влюбившись. Возвращаться в Америку она отказалась, несмотря на телеграммы Гарри Кона, а путешествовала с любимым по Европе.

Кон потребовал выплатить студии неустойку в 250 тысяч долларов за разрыв контракта, иначе подаст в суд. Рита полетела в Америку, бросила чек на стол Гарри Кона, и, плюнув деспоту в лицо, вернулась к любимому.

Принц подал на развод и влюбленные поженились. У Риты, теперь уже принцессы, родилась дочь – принцесса Жасмин Али Хан, и отец повез жену с ребенком во французский дворец отца.

Рита с ребенком оказалась в золотой клетке, она не знала французского, на котором говорила семья, она не могла общаться с внешним миром, а глава клана потребовал, чтобы Рита приняла ислам, а ее ребенок должен был воспитываться по законам ислама.

Принц Али Хан снова загулял, вернувшись к старым привычкам. Рита хотела, чтобы девочка выросла в свободной среде, ночью сбежала с ней в аэропорт и ближайшим рейсом улетела в Америку. Она испытывала огромный стресс и прятала ребенка у няни, боясь, что слуги мужа могут украсть маленькую принцессу.

В 1952 году Рита Хейворт подала на развод и отказалась от предложенного принцем миллиона долларов, потребовавшего с 7 лет отдать девочку на воспитание в его семью.

Надо было возвращаться на работу на поклон к Гарри Кону, потому что деньги закончились. Кон простил Риту, помня, какой доход она приносит студии Columbia. Она снова блеснула в новом фильме Solome («Саломея»), а ее танец с семью накидками стал классикой мирового кино.

Следующий брак с аргентинским нелегалом – певцом Диком Хаймсом длился несколько лет, она помогла ему легализоваться, используя свою дружбу с президентской четой Рейганов, но ее опять ждало глубокое разочарование. Спустя некоторое время, Дик показал свой нрав, ударив ее по лицу, и Рита ушла от него, хоть он и умолял о прощении.

В1958 году вышел ее успешный фильм Separate tables («Раздельные столы») и несколько других фильмов режиссера Джеймса Хилла, за которого она в том же году вышла замуж. Рита мечтала закончить карьеру и обоим уйти из Голливуда, но Джеймс хотел снимать и снимать ее, и через пару лет брак распался.

Рита пыталась лечить депрессию алкоголем, но после смерти обоих ее братьев в течение одной недели она была совершенно надломлена. Начались проблемы с памятью, и на съемках последнего фильма ей подсказывали каждую реплику. Больше она не снималась.

В 1980 году, почти после 10 лет страданий, у Риты Хейворт была обнаружена болезнь Альцгеймера. Хотя это заболевание было описано еще в 1906 году, врачи его не диагностировали. Только благодаря Рите Хейворт, которая была так знаменита, о ее болезни напечатали в газетах, и медики стали изучать и диагностировать это заболевание.

После смерти Риты (в 68 лет) ее дочь принцесса Жасмин Али Хан в память о матери создала фонд помощи больным, страдающим болезнью Альцгеймера, и в разработку средств лечения были вложены большие средства.

Память о блистательной Голливудской звезде живет в поколениях американцев.

ЛИЧНОСТЬ

ВСПОМИНАЯ ЮРИЯ НАГИБИНА

○ **Подготовил ИЛЬЯ ГАРБУЗОВ**

Краткая биография

Юрий Маркович Нагибин (1920–1994) — один из самых известных советских и российских писателей, журналистов и сценаристов, мастер короткой прозы и мемуаристики. Его жизнь и творчество были насыщены событиями и противоречиями, а стиль отличался тонким психологизмом и вниманием к внутреннему миру человека. Он умел подмечать противоречия: сочетание внешней суровости и внутренней честности, неприятного характера и высокой нравственности.

По словам матери писателя, его биологический отец, Кирилл Александрович Нагибин, погиб в 1920 году. Он был дворянином, и его расстреляли как участника белогвардейского восстания в Курской губернии (по словам самого писателя, он был расстрелян на реке Красивая Меча в 1920 году «за сочувствие мужикам»). Родившегося в Москве 3 апреля 1920 года сына мать Ксения Алексеевна Каневская воспитывала вместе с Марком Яковлевичем Левенталем, которому, как писал Юрий Нагибин, «я обязан намного больше, чем случайно зачавшему меня «другу русских мужиков». Будущий писатель получил отчество Маркович, и никто не узнал о его дворянском происхождении. Марка Левенталя в 1937 году сослали в Кохму Ивановской области, где он и умер в 1952 году.

В романе «Тьма в конце туннеля» Нагибин утверждает: «Я знал, что мать у меня русская, а отец еврей».

В 1938 году Юрий Нагибин окончил школу с отличием и поступил в Первый московский медицинский институт, но вскоре перевёлся на сценарный факультет ВГИКа, который не окончил из-за начавшейся войны.

В 1940 году опубликовал первый рассказ. Его дебют поддержали Юрий Олеша и Валентин Катаев. В 1940 году был принят в Союз писателей.

В начале войны институт эвакуировали в Алма-Ату, а Нагибин был призван в армию и осенью 1941 года отправлен на Волховский фронт в отдел политуправления. С января 1942 года — инструктор 7-го отдела Политуправления Волховского фронта, с июля 1942 года — старший инструктор 7-го отделения политотдела 60-й армии Воронежского фронта. В его фронтовые обязанности входили разбор вражеских документов, выпуск пропагандистских листовок, ведение радиопередач, адресованных войскам противника. После тяжёлой контузии в бою работал до конца войны специальным корреспондентом газеты «Труд». В 1943 году вышел первый сборник его рассказов.

В 1966 году Ю.М. Нагибин поставил свою подпись под письмом в защиту Андрея Синявского и Юлия Даниэля — двух советских писателей и диссидентов, ставших символами борьбы за свободу слова в СССР.

От редакции

Андрей Донатович Синявский (1925–1997) — литературовед, писатель, публицист. Печатался под псевдонимом Абрам Терц, публикуя за границей произведения, критикующие советскую действительность.

Юлий Маркович Даниэль (1925–1988) — поэт, прозаик, переводчик. Использовал псевдоним Николай Аржак. После суда отбывал срок в лагерях, затем жил в Калужской области, продолжая писать.

Их имена тесно связаны с одним из самых громких политических процессов 1960-х годов. Осенью 1965 года Синявский и Даниэль были арестованы за публикацию своих произведений на Западе. Им предъявили обвинение по статье «антисоветская агитация и пропаганда».

Суд проходил в Москве в январе–феврале 1966 года и стал первым открытым процессом против литераторов за их творчество, поворотным моментом в истории советского диссидентского движения. Он показал, что власть готова жестко преследовать писателей за их взгляды и публикации. В то же время именно этот процесс сплотил интеллигенцию, породил волну протестов и стал символом борьбы за свободу слова.

Обвинительный приговор суда: Синявскому — 7 лет лагерей строгого режима. Даниэлю — 5 лет лагерей строгого режима вызвал международный скандал и протесты внутри страны, положившие начало диссидентского движения в СССР.

Их судьбы разошлись. После после освобождения Синявский эмигрировал во Францию, преподавал в Сорбонне, стал влиятельным мыслителем в Европе, а Даниэль остался в СССР, где жил скромно и тихо, но до конца оставался верен своим убеждениям.

Юрий Нагибин официально был женат пять раз, в том числе на дочери И. А. Лихачёва, директора московского автозавода имени Сталина («ЗИС», а впоследствие «ЗИЛ»), и на Белле Ахмадулиной, с которой, по свидетельствам самого писателя в его опубликованном «Дневнике» и мемуарах Василия Аксёнова «Таинственная страсть», Нагибин расстался из-за смелых сексуальных экспериментов поэтессы.

Литературное наследие

Нагибин был летописцем своего времени, фиксируя нравственные и социальные коллизии советской эпохи. Он писал о человеческих характерах, часто показывая, что порядочность и честность могут быть важнее «приятности» или лёгкости в общении. Его рассказы отличались лаконичностью и глубиной, умением показать судьбу человека через маленький эпизод. Его произведения до сих пор читаются как психологические этюды о человеке, где важнее внутренний мир, чем внешние обстоятельства.

Юрий Нагибин

Работал над сценариями к фильмам «Председатель», «Красная палатка», «Гардамарины, вперед», «Виват, гардамарины» и многим другим.

В мемуарах он оставил живые портреты современников, иногда резкие, но всегда честные. Афоризмы Ю. Нагибина о человеке, порядочности и жизни звучат очень метко и современно.

Ниже публикуем отрывки из автобиографической повести Юрия Нагибина «Тьма в конце туннеля», работа над которой была завершена незадолго до его смерти.

Сколько лет уже прошло, а как будто в сегодняшний день писатель заглянул.

* * *

Возникнув как государство и народ на берегу Днепра, под ласковым солнцем Киева, Древняя Русь удивительно быстро взамен самопознания и самоуглубления, плодотворной разработки собственных духовных и физических ресурсов стала зариться на окружающие земли, обуянная страстью к расширению.

И стала московской Русью, ещё более загрёбистой. Ведь расширяться, захватывая то, что тебе не принадлежит, куда веселее, вольготнее и слаще, нежели достигать преуспеяния на ограниченном материале собственных возможностей.

* * *

Трудно любить тех, кого ты подчинил мечом и пулей, обездолил, ограбил. Не приходится ждать и любви от них, надо всё время быть начеку, во всеоружии, в не отпускающем напряжении. Оттого и приучились русские видеть в каждом иноземце врага, непримиримого, хитрого, подлого.

* * *

Русский народ никому ничего не должен. Напротив, это ему все должны за то зло, которое он мог причинить миру — и сейчас ещё может, но не причинил.

* * *

Почему-то падение тоталитарного режима пробудило в моих соотечественниках всё самое тёмное и дурное, что таилось в укромьях их пришибленных душ.

Народ, считавшийся интернационалистом, обернулся черносотенцем-охотнорядцем. Провозгласив демократию, он всем существом своим потянулся к фашизму. Получив свободу, он спит и видит задушить её хилые ростки: независимую прессу и другие средства информации, шумную музыку молодёжи, отказ от тошнотворных сексуальных табу. Телевидение завалено требованиями: прекратить, запретить, не пускать, посадить, расстрелять — рок-певцов, художников-концептуалистов, композиторов авангарда, поэтов-заумщиков, всех, кто не соответствует нормам старого, доброго соцреализма.

И больше жизни возлюбил мой странный народ несчастного придурка Николая II, принявшего мученическую смерть. Но ведь недаром же последнего царя называли в старой России «Кровавым». *(Николая II прозвали «Кровавым» из-за трагических событий в годы его правления — прежде всего давки на Ходынском поле в Москве во время празднования его коронации в 1896 году и расстрела мирной демонстрации в Петербурге 9 января 1905 года, когда рабочие во главе со священником Георгием Гапоном вышли с мирной петицией к царю. Войска открыли огонь по безоружным людям. Погибли сотни, ранены тысячи. Этот день получил название «Кровавое воскресенье» — Прим. ред).*

«Патронов не жалеть!», — дворец не отменил приказа Трепова *(Дмитрий Фёдорович Трепов (1855–1906), генерал и чиновник Российской империи, сыгравший заметную роль в событиях революции 1905 года. В январе–октябре 1905 года был генерал-губернатором Петербурга и фактическим командующим правительственными силами в первые месяцы революции. В мае–октябре 1905 года занимал пост заместителя министра внутренних дел, заведующего полицией — Прим. ред.).*

* * *

Вместо веры какая-то холодная, остервенелая церковность, сухая страсть к обряду, без бога в душе. Неверующие люди, выламываясь друг перед другом, крестят детей, освящают всё, что можно и нельзя: магазины, клубы, конторы, жульнические банки, блудодейные сауны, кабаки, игорные дома. Русские всегда были сильны в ересях, сектантстве, их нынешнее усердие в православии отдаёт сектантским вызовом и перехлёстом.

* * *

У совкового гиганта — вся таблица Менделеева в недрах, самый мощный на свете пласт чернозёма и самые обширные леса, все климатические пояса — от Арктики до субтропиков, а люди нищенствуют, разлагаются, злобствуют друг на друга, скопом — на весь остальной мир.

* * *

Господи, прости меня и помилуй, не так бы хотелось мне говорить о моей стране и моём народе! Неужели об этом мечтала душа, неужели отсюда звучал мне таинственный и завораживающий зов? И ради этого я столько мучился! Мне пришлось выстрадать, выболеть то, что было дано от рождения. А сейчас я стыжусь столь желанного наследства.

* * *

Что с тобою творится, мой народ! Ты так и не захотел взять свободу, взять толкающиеся тебе в руки права, так и не захотел глянуть в ждущие глаза мира, угрюмо пряча воспаленный взор. Ты цепляешься за своё рабство и не хочешь правды о себе, ты чужд раскаяния и не ждёшь раскаяния от той нежити, которая корёжила, унижала, топтала тебя семьдесят лет. Да что там, в массе своей — исключения не в счёт — ты мечтаешь опять подползти под грязное, кишащее насекомыми, но такое надёжное, избавляющее от всех забот, выбора и решений брюхо.

Во что ты превратился, мой народ! Ни о чём не думающий, ничего не читающий, не причастный ни культуре, ни экологической заботе мира, его поискам и усилиям, нашедший второго великого утешителя — после водки — в деревянном ящике, откуда бесконечным

ЛИЧНОСТЬ

ленточным глистом ползёт одуряющая пошлость мировой провинции, заменяющая тебе собственную любовь, собственное переживание жизни, но не делающая тебя ни добрее, ни радостней...

* * *

Стихийные бедствия слишком локальны, чтобы пронять современного человека, если он был далеко от эпицентра встряски. Даже уцелевшие жертвы не слишком переживают гибель родных стен, имущества, близких. Плачут, конечно, для порядка, даже голосят, требуют "гуманитарной" помощи, но как-то не от души, словно актёры на тысячном спектакле.

Истинно довлеет сердцу человеческому, жаждущему обновления, большая кровопролитная война, местные разборки не в счёт. Первая и вторая мировые войны вполне потрафили современникам. Они ответили этим мясорубкам появлением новой поэзии и прозы, новой живописи и скульптуры, новым зодчеством и музыкой, новым театром и кино, новым способом мышления.

Люди никогда так не любят друг друга всякой любовью: родительской, сыновьей, супружеской, братской, грешной, возвышенной, духовной и плотской — как во время массовых убийств, и, выходя из побоища, будто кровью умытые, готовы к тихой, глубокой мирной жизни, к творчеству и песням, которых не было. А затем всё начинается сначала.

* * *

Люди часто спрашивают — себя самих, друг друга: что же будет? Тот же вопрос задают нам с доверчивым ужасом иностранцы. Что же будет с Россией? А ничего, ровным счётом ничего. Будет всё та же неопределенность, зыбь, болото, вспышки дурных страстей. Это в лучшем случае. В худшем — фашизм.

Неужели это возможно? С таким народом возможно всё самое дурное.

* * *

Серьезные люди — Солженицын в их числе — считают аксиомой, что народ никогда не виноват. А почему, собственно? Не виноваты крысы, пауки, тарантулы, ядовитые змеи, яростные тасманские дьяволы, перекусывающие железный прут, никто не виноват в природе, ибо все совершенны в своем роде и не могут быть другими.

Юрий Нагибин

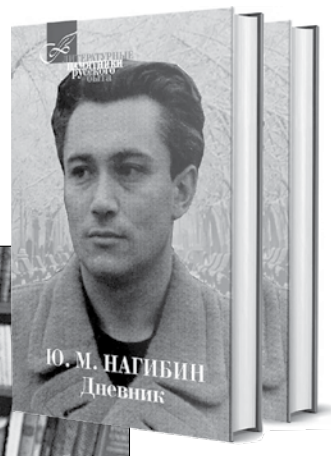
У человека, увы, эта безвинность отобрана, в нём природа сделала попытку создать мыслящую материю. А раз он мыслит, раз способен выбирать из ряда возможностей, лучших и худших, то действия его не инстинктивны и он отвечает за всё, что делает. Отвечает перед самим собой, то есть перед совестью, перед окружающими, то есть перед обществом, отвечает перед законом, отвечает перед богом, если он бога обрёл.

Народ состоит из людей, он так же ответственен, как и отдельный человек, недаром Господь карал за общий грех целые народы. Немецкий народ осознал свою общую вину, покаялся в ней, вновь обретя нравственное достоинство.

Самая большая вина русского народа в том, что он всегда безвинен в собственных глазах. Мы ни в чём не раскаиваемся, нам гуманитарную помощь подавай. Помочь нам нельзя, мы сжуем любую помощь: зерном, продуктами, одеждой, деньгами, техникой, машинами, технологией, советами. И опять разверзнем пасть: давай ещё!..

Может, пора перестать валять дурака,что русский народ был и остался игралищем лежащих вне его сил, мол, инородцы, пришельцы делали русскую историю, а первожитель скорбных пространств или прикрывал голову от колотушек, или, доведённый до пределов отчаяния, восставал на супостатов? Удобная, хитрая, подлая ложь. Всё в России делалось русскими руками, с русского согласия, сами и хлеб сеяли, сами и верёвки намыливали. Ни Ленин, ни Сталин не были бы нашим роком, если б мы этого не хотели. Тем паче бессильны были бы нынешние пигмеи-властол юбцы....

С этим связано и отношение к нам мира. До восемьдесят пятого года ненависть и боязнь; после восемьдесят пятого пропала боязнь, появилось расположение, сменившееся вскоре презрением; ныне к презрению вновь добавилась боязнь. На то есть все основания: в



* * *

Когда-то Константин Леонтьев (1831–1891) *(русский философ, писатель, дипломат и литературный критик, один из самых ярких и противоречивых мыслителей XIX века — Прим. ред.)* в мучительном прозрении сказал:

«Предназначение России — окончить историю, погубив человечество...»

безумных и слабых наших руках — оружие, способное в два счёта осуществить предсказание Леонтьева.

* * *

А если не дать погибнуть всему миру и не уничтожать превентивно Россию — возможно ли это ? Придётся вспомнить святые, в зубах навязшие и ни на кого не действующие слова апостола Павла: «Несть эллин, несть иудей». Подставим под эллина *(эллин — это и мифический предок всех греков, и само название греческого народа, которое сохранилось в культуре и языке до наших дней — Прим. ред.)* русского, а под иудея все остальные нации, существующие на планете. Спасение только в одном: стать из народов многих, из вавилонского столпотворения, не прекратившегося по сей день, человечеством. Таким же честным единством, как львы, как крысы, как олени, как тасманские дьяволы, как орлы или воробьи. В единстве этом никто не лучше, не хуже, все делают одно дело: спасают среду обитания, вместе стараются выжить в почти задушенной природе.

А в свободные часы и праздники пусть каждый гуляет как хочет. С одним условием, чтобы праздничный бифштекс был без крови.

Русские, конечно, перепугаются: пропадёт богатство национальных красок. Ничего не пропадёт, каждый волен бить дробцы или чечётку, орать в микрофон или петь жаворонком, носить сарафан или бикини.

Как хочется поверить, что есть выход! Как хочется поверить в свою страну !

4 НЕДОСТОВЕРНЫХ ЭПИЗОДОВ ИЗ ИСТОРИИ, КОТОРЫЕ ВСЁ ЕЩЁ СЧИТАЮТ ПРАВДОЙ

Люди непрерывно изучают историю, чтобы заполнить белые пятна в прошлом человечества. Тем более, что до открытия очередного памятника или факта эти пробелы частенько заполняют домыслы и легенды. Вот только даже когда очередной исторический миф официальная наука наконец-то опровергает, в обществе его почему-то продолжают считать истинной в последней инстанции.

1. Все Кресты Виктории отлиты из русских пушек

Высшая британская военная награда *(вручается за героизм, проявленный в боевой обстановке. Крестом Виктории могут быть награждены военнослужащие всех званий и родов войск, а также гражданские лица, подчиняющиеся военному командованию — Прим. ред.)* появилась ещё в 1856 году, а присуждают их по сей день. Но многие думают, что каждый Крест Виктории был отлит из бронзы, полученной в результате переплавки русских орудий, взятых как трофеи после взятия Севастополя во время Крымской войны 1854–1855 годов. В реальности же это не совсем правда — согласно современным исследованиям, для всех наград, созданных после 1914 года, в качестве сырья использовалась бронза из трофейных китайских пушек, а от русских уже не осталось и следа.

2. В Средневековье вели национальные войны

По аналогии с более современными войнами, некоторые считают, что вооруженные конфликты Тёмных веков *(«Тёмные века» — это устаревший термин, которым раньше называли раннее Средневековье: примерно 476–1000 гг. н.э.; иногда — весь период от V до XV века, считая этот период временем культурного упадка после падения Западной Римской империи. Сегодня историки почти не используют этот термин, потому что он искажает реальную картину эпохи — Прим. ред.)* тоже представляли собой противостояние наций. Но присваивать тогдашним столкновениям такой статус неправильно, и всё потому, что на то время такого понятия, как «национальная», фактически не существовала. Понятие идентичности по национальному признаку сформировалось в представлении людей в основном в период Нового времени (Новое время — это исторический период между Средневековьем и Новейшим временем, который начинался примерно в конце XV века (часто с 1453 или 1492 года) и продолжался до начала XX века), тогда как реальными причинами войн в Средние века были политические кризисы, религиозный фактор, желание территориальной экспансии со стороны монархов или банальная нажива.

3. Древнеегипетские пирамиды были построены рабами

Это один из самых живучих мифов в массовой культуре, который непонятно каким образом вообще зародился и столько существует, ведь он противоречит даже банальной логике. Пирамиды Гизы — это не просто очень масштабные даже по современным меркам сооружения, но и настоящие инженерные шедевры с массой потайных ходов внутри и идеальной архитектуры снаружи. Малообразованные, измученные постоянным тяжким трудом рабы были просто не в состоянии выполнить такую задачу, как возвести что-то столь величественное. Историки давно утверждают, что ключевыми работниками на строительстве пирамид были квалифицированные специалисты, например, каменщики, и нанимали их десятками тысяч. Кроме того, современные открытия подтверждают, что для столь масштабного проекта привлекались и иностранные мастера.

4. Урон от атомных бомбардировок Хиросимы и Нагасаки был крупнейшим во Второй мировой войне

Масштабы единственных в истории уничтожений городов атомными бомбами были таковы, что кто-то считает, что разрушение Хиросимы и Нагасаки были самыми страшными событиями по количеству унесённых жизней, несравнимыми с бомбардировками неядерными снарядами. Но статистика — вещь упрямая, а она опровергает такие утверждения. Так, по информации редакции novate.ru, жертвами атаки на Хиросиму стали по разным оценкам от 90 до 146 тысяч человек, в Нагасаки — до 80 тысяч человек. Но при этом авиаудар по Токио 10 марта 1945 года унёс жизни более 90 тысяч человек, а по другим данным больше 100 тысяч человек. Вот и получается, что от одного массированного удара неядерными боеприпасами и ядерной бомбой страдает приблизительно одинаковое количество людей в краткосрочной перспективе, равно как и разрушений инфраструктуры и зданий.

25-ЫЙ КАДР

ПЛЕННИКИ «КАВКАЗСКОЙ ПЛЕННИЦЫ»

Какие тайны скрывали съемки легендарного фильма.

«Кавказская пленница» стал культовым фильмом сразу после выхода на экраны в 1967 году, а в наши дни считается одной из лучших советских комедий. Однако съемки не раз оказывались под угрозой срыва, а на них происходило множество неоднозначных ситуаций. Ситуация накалилась к началу съемок «Бриллиантовой руки» (фильм вышел в 1969 году), и режиссер Леонид Гайдай перестал звать Юрия Никулина в свои следующие проекты – а ведь он мог стать управдомом Буншей или царем Иваном Грозным в фильме «Иван Васильевич меняет профессию»...

Наталья Варлей

Никулин не хотел сниматься

После успеха «Операции «Ы» и «Самогонщиков» Гайдай решил продолжить серию приключений Шурика и Труса, Балбеса и Бывалого в новом фильме.

Актерский состав, естественно, решили не менять. Но появились новые вводные. Ведь игравший Балбеса Юрий Никулин решил реализовать себя на цирковом поприще и был ведущим артистом Московского цирка, с которым часто выезжал на гастроли, в том числе за рубеж.

Из-за этого у него уже не было такого количества свободного времени на съемки, и всей съемочной группе приходилось подстраиваться под его график, а «Мосфильму» – платить неустойку.

Была и другая причина. Никулину казалось, что зритель уже пресытился пребыванием юморной троицы на экране, а это значит, что фильм вряд ли станет успешным. А в заведомо провальной картине играть актер не хотел.

Георгий Вицин, Евгений Моргунов, Юрий Никулин

«А когда начали снимать "Кавказскую пленницу", Юра Никулин прочитал сценарий и говорит: «Мне это не нравится. Это», – говорит, – «Спекуляция на тройке, и все в таком же духе. – «Хорошо», – говорю я, – «Юра, это будет последний фильм с вашей тройкой. Но этот фильм будет, хочешь ты или нет. С Никулиным мы не поздоровались, но я решил про себя: все, пора закругляться», – рассказывал Гайдай писателю Юрию Фролову.

Гайдай домогался Варлей?

По слухам, Никулин согласился на участие в съемках ради своей коллеги Натальи Варлей, стремясь помочь ей раскрыть актерский талант.

Варлей отобрали на роль Нины не только из-за попадания в образ – в отличие от других претенденток, она легко согласилась оказаться перед камерой в купальнике, но после этого вопроса скинула с себя платье, оказавшись перед всеми в одном тренировочном костюме. Как оказалось, Наталья поехала на пробы сразу после цирковой тренировки.

Позже Гайдай скажет, что это был самый короткий актерский отбор, ведь он окончательно убедился в правильном выборе, когда Варлей заявила о том, что сможет самостоятельно выполнить в кадре все сложные трюки.

Неприятная ситуация на съемках произошла и с ней. Артистка даже написала об этом в своей книге «Канатоходка. Автобиография». Произошло все во время празднования дня рождения Александра Демьяненко, игравшего Шурика.

Когда все начали расходиться, Леонид Гайдай, по ее словам, предложил проводить молодую актрису до гостиницы, к тому же они жили в соседних номерах. Однако на этаже он почему-то сразу завернул в номер к Варлей, где сел на кресло, пока сама Наталья расположилась на краешке стула.

Как вспоминала актриса, она от смущения говорила что-то про день рождения Шурика и съемки. И вдруг дверь распахнулась – на пороге стояла жена режиссера Нина Гребешкова. Она не стала слушать ничьих оправданий и сразу же ушла из номера.

«Леонид Иович поднялся с кресла и пошел к выходу, я двинулась, чтобы закрыть за ним дверь. Но Гайдай неожиданно сам закрыл ее изнутри, повернулся и попытался меня поцеловать. Я была девушка цирковая, сильная, с моментальной реакцией, поэтому в одну секунду я Гайдая не только оттолкнула, но и вытолкала из номера, закрыла дверь и заперла ее на ключ», – писала Наталья Варлей.

Актриса добавила, что после этого случая режиссер объявил ей, что ее роль в фильме будет озвучивать другая актриса. Так и произошло – «родной» голос Варлей остался всего в паре сцен, а в остальных ее переозвучила Надежда Румянцева. Пела же актриса голосом профессиональной певицы Аиды Ведищевой.

Моргунов грубил Гайдаю

Но особенно отличился на съемках Евгений Моргунов, игравший Бывалого. По словам коллег, тогда он уже явно страдал от звездной болезни. А также сахарного диабета, который вызывал постоянные перепады настроения.

«Кавказская пленница» – последний случай сотрудничества Гайдая и легендарной троицы. Уже на съемках короткометражки «Самогонщики» в отношениях актеров и режиссера наметилась трещина. Все началось на съемках в Крыму, куда, по словам очевидцев, на отсмотр снятого материала Моргунов заявился уже поддатым, да еще и в окружении поклонниц.

Евгений, не стесняясь, громко комментировал происходящее на экране, а на просьбу вести себя тише пришел в ярость и сказал что-то в духе: «Гайдай совсем мышей не ловит» и «вообще не Феллини». Этого режиссер стерпеть уже не мог и выгнал актера со съемочной площадки.

Однако Моргунов не испугался, так как считал, что без него не справятся – ведь уже была отснята половина материала. По другой версии, актер ушел сам и сам же отказался продолжать сниматься. Но Гайдаю в любом случае удалось выкрутиться, и в оставшихся эпизодах, где Бывалый несет холодильник и рулит машиной на горе Ай-Петри, его играл дублер.

Фрунзик Мкртчян и Владимир Этуш

После этого Гайдай решил больше не связываться с Моргуновым. Хотя им какое-то время и пришлось изображать перемирие, чтобы премьерный показ прошел гладко.

Этуша пытались заставить кривляться

Был с Леонидом Гайдаем конфликт и у Владимира Этуша, сыгравшего Саахова. А ведь после «Кавказской пленницы» актер стал национальным героем и на Кавказе, и в Закавказье.

«После выхода картины на экраны знакомые предупреждали меня, чтобы был осторожен – мол, кавказцы и побить могут. А получилось совсем наоборот. Както пришел на базар, так меня там чуть ли не на руках стали носить. Со всех сторон окружили, стали наперебой угощать. То есть приняли как родного. Хотя, как я понял, азербайджанцы считали, что Саахов – это армянин, армяне считали, что он азербайджанец, грузины тоже принимали явно не за своего... Но всем было приятно. Особенно мне», – рассказывал Этуш.

Владимиру Этушу пришлось работать на площадке с уже отлично сыгранной командой. Конечно, ему пришлось притираться. «Я вдруг понял, что должен сниматься с первоклассными прославленными комиками, которые известны на всю страну, а, может, даже больше. Я думал: «Как я должен это делать? Так же, как они, утрируя образ?» Тогда осознал, что пропаду, потону в этом, и решил, что должен сделать образ совершенно реалистичным», – вспоминал актер потом в одном из своих интервью.

Гайдай хотел от Этуша такой же карикатурности, которая была присуща остальным героям. Но актер стоял на своем и продолжал играть серьезно, что вынуждало режиссера пребывать одновременно и в ярости, и в панике.

«Он говорит: «Владимир Абрамович, не смешно». Я отвечаю: «Смешно будет в результате». – «Когда? В конце фильма?» – «Нет, не в конце». И я шел по абсолютной правде, не утрировал», – делился артист.

Однажды Владимир Этуш даже произнес текст, которого не было в сценарии. После командч «мотор» он вошел в кадр и вдруг понял, что не может появиться перед невестой в головном уборе, ведь это попросту невежливо. Так и родилась фраза «шляпу сними».

Обычно сдержанный Гайдай расхохотался, а после сказал: «Это высший пилотаж! И хотя у меня нет головного убора, я снимаю перед вами шляпу».

Тогда Никулин снял тюбетейку, Вицин – папаху, а Моргунов – башлык.

По итогу именно над образом Саахова хохотали в «Мосфильме». А вот других актеров критиковали за их кривляния. Как и предсказывал Владимир Этуш, в результате серьезный герой получился очень смешным.

АФИША

«АЙДОНТ АНДЕРСТЕНД!» — СПЕКТАКЛЬ, В КОТОРОМ ЭМИГРАЦИЯ ГОВОРИТ ЧЕЛОВЕЧЕСКИМ ГОЛОСОМ

Театр *By The Way* представляет спектакль «Айдонт андерстенд!» – трогательную, ироничную и по-настоящему жизненную историю по пьесе Виктора Шендеровича «Потерпевший Гольдинер» в постановке режиссёра Сергея Коковкина. Это спектакль о людях, которые живут между прошлым и настоящим, между родным языком и чужой реальностью, между памятью и необходимостью двигаться дальше.

Действие разворачивается в Нью-Йорке, в квартире на Брайтоне. Здесь уже много лет живёт Вольф Мойшелевич Гольдинер – человек старой закалки, интеллигент, тоскующий по ушедшему миру. Он не знает английского, слушает старые советские песни, смотрит в окно и словно застрял во времени. Его жизнь течёт медленно и однообразно, пока по странному стечению обстоятельств в его квартире не появляется женщина – энергичная, обаятельная, прекрасно говорящая по-английски. Она выросла уже в Америке, но её корни – там же, откуда и он. Более того, они из одного города.

С этой встречи начинается история, которая сначала кажется почти комической. Недопонимание, языковые и культурные различия, столкновение привычек и взглядов вызывают улыбку и смех. Но очень быстро становится ясно: за внешней лёгкостью скрывается гораздо более глубокий разговор – о прошлом, которое невозможно забыть, и о настоящем, которое не всегда удаётся принять.

«Айдонт андерстенд!» – это спектакль, где смех и слёзы существуют рядом, иногда буквально в одной сцене. Зритель смеётся над узнаваемыми ситуациями, а через мгновение ловит себя на том, что внутри что-то сжимается. Потому что в этих диалогах, паузах, взглядах легко узнать себя, своих родителей, друзей или соседей. Это история, близкая многим, кто хоть раз чувствовал себя «между» – между странами, культурами, языками, воспоминаниями.

Особую силу спектаклю придаёт актёрский дуэт Вячеслава Кагановича и Марины Кармановой. Их герои живые, объёмные, настоящие. Это не абстрактные символы, а люди со своими слабостями, привычками, болью и надеждой. Их диалоги звучат искренне и точно, а эмоциональная динамика удерживает внимание зрителя от первой до последней минуты.

Режиссёр Сергей Коковкин бережно работает с текстом, сохраняя авторскую иронию Шендеровича и при этом делая историю максимально сценичной и понятной. В спектакле нет лишних эффектов или отвлекающих деталей – всё работает на главное: разговор между двумя людьми и тем самым третьим персонажем, который незримо присутствует на сцене, – временем.

«Айдонт андерстенд!» – это не просто спектакль про эмиграцию. Это спектакль про человеческие отношения, про попытку услышать и быть услышанным, про одиночество и неожиданную близость. Он оставляет после себя ощущение тёплой грусти и тихого размышления – того редкого состояния, ради которого мы и идём в театр.

Именно такие постановки остаются с нами надолго: их вспоминают, о них говорят, их рекомендуют друзьям. Спектакль театра *By The Way* – событие, которое стоит увидеть своими глазами.

March 14, 2026 at 6:00 p.m.
2|42 Community Center – Ann Arbor:
648 S Wagner Rd. #9002,
Ann Arbor, MI 48103

ЭТО ИНТЕРЕСНО

КАК ВО ВРЕМЯ ИГРЫ В КАРТЫ ПОЯВИЛСЯ СЭНДВИЧ: 5 БЛЮД, КОТОРЫЕ ИЗОБРЕЛИ ПРИ СТРАННЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАХ

Ежедневно люди едят огромное количество блюд и обращают внимание прежде всего на их вкус, питательность или цену. А ведь история появления любимых перекусов тоже определенно заслуживает интерес. Особенно если речь идет о блюдах, которые вообще могли бы никогда не появиться, если бы не странные стечения обстоятельств, гений поваров или простое человеческое упрямство.

1. Печенье с шоколадной крошкой

Мало кто знает, но одна из самых любимых печенюшек на планете – с шоколадной крошкой – появилась только потому, что у повара Рут Вейкфилд однажды закончился кондитерский шоколад, или глазурь. Когда она поняла, что ингредиент у неё в дефиците, решила взять плитку обычного шоколада, разломать на маленькие кусочки и добавить в тесто. Но это мы сейчас знаем, что при таких условиях сладость не расплавится в духовке, а так и останется в виде крошки по всему тесту, а вот для Рут это стало неожиданностью. Впрочем, вкус получившегося блюда ей понравился, так что она решила предложить его клиентам, и не прогадала: печенье с шоколадной крошкой привело гостей в восторг, а постепенно его популярность стала распространяться по миру.

2. Начос

Популярный ныне снек, оказывается, появился благодаря тому, что в одном месте встретились офицерские жены и один предприимчивый повар. История случилась в Мексике 1940-х. В заведение, где работал Игнасио Анайя, известный по прозвищу «Начо», зашли супруги американских военнослужащих. Вот только кухню уже закрыли, а из доступных продуктов остались лишь перец халапеньо, сыр и чипсы. Повар решил рискнуть: смешал все это дело и отправил запекаться в духовку. Получившуюся закуску подал дамам, не надеясь на успех – ему главное было их накормить. Но женщины оценили новинку, и молва о странном блюде быстро разнеслась по округе. Теперь туда уже целенаправленно ходили за тем, что изначально называлось «специальное блюдо от Начо», а со временем сократилось до знакомого нам «Начос».

3. Картофельные чипсы

Если нужно доказать, что двое упертых людей могут случайно создать нечто, что потом будет есть весь мир, достаточно будет обратиться к истории картофельных чипсов.

Дело было в далеком 1853 году, когда в американский ресторан зашел очень богатый, но капризный посетитель, известный в то время промышленник. Заказал он жареную картошку, а это было одно из коронных блюд шефа ресторана. Но первый вынос клиент вернул – картофель был недостаточно хрустящим. Вторую попытку постигла та же участь: посетитель был все еще недоволен. К счастью для истории кулинарии, повар тоже оказался упрямым и назло клиенту решил порезать картошку так тонко, как это было возможно, обжарил ее в масле и просто посыпал солью.

Самое интересное, что этот вариант клиента привел в восторг, а другие гости тоже захотели нечто подобное. С того момента началась история чипсов, изначально бывших блюдом для богачей, но потом ставших одним из самых известных снеков на планете.

4. Сэндвич

История появления сэндвича примечательна тем, что он вообще не был результатом кулинарного эксперимента, а появился буквально во время игры в карты, которую очень любил Джон Монтегю, граф Сэндвич *(граф Сэндвич – это английский дворянский титул, созданный в 1660 году для адмирала Эдварда Монтегю. Наибольшую известность получил Джон Монтегю, 4-й граф Сэндвич (1718–1792) – Прим. ред).*

И, судя по всему, лудомания – патологическая зависимость от азартных игр, признанная психическим расстройством, которая проявляется в навязчивом стремлении играть, несмотря на негативные последствия для здоровья, финансов и социальных отношений, этого аристократа была так велика, что он отказывался прерываться даже на приём пищи, так что его любимую закуску, холодную свинину, ему подавали прямо к игральному столу. Вот только пальцы от этого блюда становились грязными и пачкали карты, так что граф Сэндвич дал слугам особое распоряжение – приносить ему мясо, заложенное с обеих сторон хлебом, чтобы есть можно было одно рукой.

Заядлый картёжник даже не догадывался, что произвёл революцию в том, что позднее назовут фаст-фудом, и подарил имя новому типу бутерброда. Так появилось блюдо «сэндвич».

5. Кукурузные хлопья

Трудно представить, что кукурузные хлопья могли придумать церковники – представители христианского течения «Адвентисты седьмого дня». Среди них было два брата Келлог, один из которых решил придумать блюдо, чтобы оно было достаточно аскетичным и вегетарианским, соответствуя их религиозным представлениям. В итоге братья экспериментировали с кукурузной мукой и отвлеклись, так что одна из их заготовок превратилась в странную застывшую массу с комочками. Те не растерялись и растолкли её в хлопья, которые ныне известны всем. Правда, их самый знаменитый вариант, сладкий, запатентовал один брат в пику другому, а тот до конца жизни был против такой добавки в блюдо, которое изначально создавалось как пресная еда для подавления греховных вожделений.

ПАСТА НЕ ИЗ ИТАЛИИ: 6 БЛЮД, КОТОРЫЕ ПОЯВИЛИСЬ СОВСЕМ НЕ В ТЕХ СТРАНАХ, С КОТОРЫМИ СЕГОДНЯ АССОЦИИРУЮТСЯ

Ежедневно мы едим самые разные блюда, и многие из них имеют приставку той страны, с которой оно обычно ассоциируются. Все ведь знают, что если паста, то итальянская, а если круассаны – то французские. Вот только далеко не всегда они действительно оттуда родом: целый ряд знакомых нам блюд и продуктов появились вообще не там, а с конкретными странами их стали связывать по совершенно иным причинам.

1. «Греческий» йогурт

Сегодня греческий йогурт – это известный продовольственный бренд, и продается едва ли не во всех уголках планеты. Однако мало кто знает, что отсылка к Греции в этом названии не имеет никакого отношения к его реальному происхождению, а была придумана как маркетинговая кампания, причем вообще в США. Как ферментированный продукт, предтеча йогурта появилась еще в Месопотамии больше 7 тысяч лет назад, и потом распространилась на Ближнем Востоке и Балканах.

А вот в современном виде йогурт изобрели только в начале XX века, когда студент-медик Стамен Григоров выделил бактерию, которая как раз запускает процесс ферментации молока, отвечающий за знаменитый вкус йогурта. К слову, сам Стамен был болгарином, поэтому в названии открытой им бактерии это было отражено – в науке она известна как Lactobacillus bulgarius.

2. «Бразильский» кофе

Куда более стойкая ассоциация – это кофе и Бразилия, однако она скорее является данью вклада этой страны в объёмы продукта на рынке: по информации редакции novate.ru, именно Бразилия является крупнейшим мировым рекордсменом по производству кофе. Здесь производится около 37–38% мирового объёма этого продукта. На втором месте Вьетнам (лидер по робусте – одному из двух основных видов кофейных зерен наряду с арабикой). Далее следуют Колумбия, Индонезия и Эфиопия. Справедливости ради стоит уточнить, что точных данных о том, где именно впервые открыли и заварили кофе, нет, однако чаще всего исследователи называют родиной напитка Эфиопию.

Существует даже легенда: якобы один крестьянин заметил, что его козы после поедания плодов кофейных деревьев ведут себя уж слишком энергично, и решил опробовать эффект на людях. Но это лишь версия, а доподлинно известно, что напиток из высушенных кофейных зерен готовили в Йемене. В любом случае, ни в одной из версий нет даже упоминания о Бразилии. Имеется ввиду даже другой континент – Африка.

3. «Французские» круассаны

Пожалуй, самый стереотипный вид французского завтрака или просто дополнения к кофе – это вкусный лёгкий круассан. Проблема в том, что «французским» по происхождению это его не делает. Более того, даже термин «круассан» придумали куда позднее, ведь появилось блюдо на другом конце Европы и называлось совсем иначе.

Оказывается, родиной тогда ещё будущего круассана была Австрия, а точнее, её столица Вена. Первое упоминание о подобном блюде историки нашли в текстах XIII века, причем под названием «кипфель», что с немецкого языка переводится как «полумесяц». Впрочем, привычным нам «круассаном» его сделали всё-таки французы: например, именно они придумали готовить венское блюда из слоёного теста.

4. «Швейцарский» шоколад

Ныне, если говорить о качественном, хорошем шоколаде, то упомянут скорее всего либо швейцарский вариант, либо бельгийский. Однако, как и в случае с кофе, этот продукт появился напиток на другом конце Земли, точнее, в Южной Америке. Первые упоминания об обработанных для употребления плодов какао-дерева иногда приписывают ольмекам *(ольмеки – это древняя цивилизация Мезоамерики, существовавшая примерно с 1500 до 400 гг. до н. э. на территории современных мексиканских штатов Веракрус и Табаско. Их называют «матерью цивилизаций» региона, так как они оказали огромное влияние на культуру майя и ацтеков – Прим. ред.)*, хотя данные об этом слишком туманны.

Куда более известным «прародителем» шоколада был напиток майя и ацтеков, который готовили из какао-бобов. Был он, к слову, совсем не сладким, а, по некоторым данным, пить его могли только жрецы. Сладким он стал уже после того, как испанские конкистадоры во главе с Кортесом привезли его в Европу. Первую плитку шоколада сделали в XIX веке: технологию твердого шоколада разработал голландец Конрад ван Хаутен в 1828 году, а первая настоящая плитка была произведена в 1847 году английской фирмой Fry & Sons.

5. «Французские», «американские» или «русские» блины

Каких только блинов не найти в мировой кулинарии – от панкейков, которые так любят американцы, до известных каждому совсем тонких блинчиков. Ассоциация в данном случае относится, скорее, к самому популярному типу блюда в конкретной стране.

Загвоздка в том, что точного места происхождения блинов историкам назвать будет тяжело – слишком давно это, очевидно, случилось. Так, долгое время считалось, что блины появились в Древней Греции, ведь именно там впервые зафиксировали упоминание этого блюда. Но, судя по тому, что в большинстве стран блины стали результатом переработки более примитивного блюда вроде лепешки, трудно сказать, где именно до этого додумались первыми.

6. «Итальянская» паста

Паста – один из неотъемлемых символов итальянской кухни. Однако там этот продукт просто развили и сделали таким, каким мы его знаем сегодня, в массе вариантов и с самыми разными добавками. В реальности же существует как минимум две версии, откуда взялась предтеча пасты и как она попала в Италию.

Первая гласит, что итальянцы узнали о похожем блюде от Марко Поло, который привез из Китая лапшу – мол, именно она эволюционировала в итоге в ту самую, итальянскую пасту.

Вторая версия настаивает, что в Италии паста оказалась благодаря арабам из Ливии: по данным редакции novate.ru, первые упоминания о сушеном, тонко нарезанном и затем отваренном тесте относятся еще к V веку.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

МЕСЯЧНОЕ ПОХМЕЛЬЕ И СПОР НЕМЕЦКИХ ПИВОВАРЕН: 5 ЛЮБОПЫТНЫХ ФАКТОВ ИЗ ИСТОРИИ ПИВА

Пиво — один из самых популярных алкогольных напитков на планете, который обожают миллионы. Но помимо знаменитого вкуса и хмеля, у пенного ещё и занятная история. И хотя многое из неё нам известно, некоторые страницы пути пива из древности в современность способны удивить даже самых больших его любителей.

В ДРЕВНОСТИ ВЕРИЛИ В БОГИНЮ ПИВА

Об античном боге вина Дионисе знают многие, а вот что у древних ещё и божество для пива было, известно далеко не всякому. А такое действительно было: согласно выводам исследователей, жители Древней Месопотамии не просто любили варить и пить пиво, но и придумали себе хранительницу этого ремесла. Так, пивовары почитали богиню, известную как Нинкаси (также Нинкаси). Сохранившиеся письменные источники гласят, что в Месопотамии эта богиня была очень популярна, хотя деталей её культа до нас, к сожалению, не дошло.

САМОЙ СТАРОЙ ПИВОВАРНЕ НА ПЛАНЕТЕ БОЛЬШЕ ТЫСЯЧИ ЛЕТ

Старейшую пивоварню в мире можно отыскать в немецком городе Фрайзинг. Известная как «Вайенштефан», она появилась в далёком 1040 году, и работает до сих пор. К слову, Вайенштефан изготавливает не просто пиво, а является производителем аутентичного сорта «хефевайцен», который известен своим пшеничными и фруктовыми нотками. Правда, первенство у пивоварни одно время пыталось отобрать аналогичное предприятие в Вальтенбурге, однако историки доказали, что между ними всё-таки есть разница в десять лет.

РЕКОРД ПО ДЛИТЕЛЬНОСТИ ПОХМЕЛЬЯ ОТ ПИВА

Эта странная история случилась лет десять назад. Простой мужчина-шотландец сам пришёл в местное отделение неотложной помощи с жалобами на многодневную сильную головную боль и размытость зрения. Долгие обследования не могли определить причину, однако в конечном счёте один врач догадался, что у необычного пациента за диагноз. Оказалось, что это похмелье, только вот по длительности оно просто поражает — по информации редакции издания novate.ru, мужчина мучался четыре недели. Впрочем, чтобы довести себя до такого состояния, шотландец всего за четыре дня выпил аж 60 пинт, или почти 30 литров пива.

ЗАКОН О ЧИСТОТЕ ПИВА

В Германии, как одном из признанных центров пивоварения, имеется немало занятных страниц в истории напитка. Одной из таких является так называемый «Закон о чистоте», который соблюдается уже более 500 лет. Ввели его в 1516 году по решению Баварского совета, наложившего запрет на варение пива любой рецептуры, которая предполагает использование любого другого ингредиента, кроме хмеля, воды и ячменя (позднее список разрешённых составляющих пополнили дрожжи). Изначально таким образом баварцы пытались ограничить применение дефицитных тогда пшеницы и ржи. Но даже когда проблема недостатка решилась, а закон перестал быть неукоснительным, большинство немецких пивоварен соблюдают его в дань традиции.

В ДРЕВНОСТИ ЗА РАЗБАВЛЕНИЕ ПИВА ОТПРАВЛЯЛИ НА КАЗНЬ

Пивоварение было ремеслом не просто очень популярным, но и строго контролируемым. Причём настолько, что иногда за халатность в отношении изготовления напитка можно было и жизни лишиться. Например, в Древнем Вавилоне, когда он существовал по законам из Кодекса Хаммурапи, было прописано табу на разбавление пива, чем в те времена частенько грешили пивовары и продавцы. И наказание за такое действие было жестоким — нарушителей отправляли прямиком на смертную казнь.

5 САМЫХ НЕТРИВИАЛЬНЫХ ЭПИЗОДОВ ИЗ ИСТОРИИ АЛКОГОЛЯ

Алкоголь очень долго сопровождает человечество, накопив собственную длительную историю. Но такие напитки славятся, прежде всего, своими градусами и их влиянием на организм. Поэтому нет ничего удивительного в том, что некоторые из эпизодов, связанных с горячительными напитками, являются не просто необычными, но даже нетривиальными вплоть до абсурда. Впрочем, от это они становятся лишь интереснее.

1. Алкогольные подвиги Андре Гиганта (André the Giant)

Известный рестлер *(рестлинг — это спортивное развлечение, сочетающее элементы борьбы и театрализованного шоу. В отличие от классических единоборств, исход поединков заранее прописан сценаристами, а зрелищность достигается благодаря актёрской игре и постановочным приёмам — Прим. ред.)* и легендарный французский актёр XX века Андре Гигант (его рост составлял 226 сантиметров, он весил под 250 килограмм, носил обувь 70 размера) носил гордое звание «самого великого пьяницы на Земле» благодаря своей толерантности к алкоголю. Целый ряд его друзей и знакомых рассказывали, сколько этот человек мог выпить: например, однажды ему хватило меньше 45 минут, чтобы расправиться с сотней кружек пива, а другой раз он мешал ликеры, пока не получился «коктейль» больше чем в литр. В третий раз он выпил 156 кружек пива за вечер, и если бы это случилось в присутствии представителей книги рекордов Гиннеса, то он точно бы туда попал.

Самое поразительное, что Гигант умудрялся не напиваться до бессознательного состояния, кроме одного раза. Тогда он рухнул в коридоре отеля, и, поскольку он был слишком тяжёлым, чтобы его перенести, друзья и сотрудники гостиницы оставили его на том же месте, укрыв чехлом для рояля. Другие гости думали, что под ним скрывается мебель, а не известный спортсмен.

2. Тесла считал жвачку вреднее алкоголя

Никола Тесла был человеком не просто выдающимся, а гениальным. Но иногда его интеллект выдавал довольно странные гипотезы. Например, одна была связана с вредом жевательной резинки. Изобретатель считал, что алкоголь и тот полезнее. По мнению Теслы, постоянное жевание этого продукта приводит к истощению слюнных желёз. А вот алкоголь Никола уважал, величал его не иначе, как «подлинный эликсир жизни» и имел привычку каждый день пить виски. И это при том, что табак, кофе и мясо он обходил стороной, считая их не шибко полезными и нужными.

3. Алкоголь с пальцем

Когда-то людей пугали азиатские напитки с заспиртованными скорпионами или змеями. Это они ещё не знали о рецепте алкоголя с... человеческими пальцами. Такая будоражащая воображение практика действительно существует в одном баре при отеле канадского городка Доусон-Сити. Чтобы стать членом местного «Коктейльного клуба Sourtoe», нужно прийти в заведение и заказать любой алкогольный напиток, куда в качестве ингредиента обязательно положат ампутированный и мумифицированный палец ноги.

Называют коктейль просто и метко — «Кислый палец». Чтобы выполнить условия входа в клуб, нужно соблюдать требования: «Можно пить быстро, можно медленно, но губы должны коснуться пальца ноги». Традиции этой больше полувека, а началась она с находки капитаном Стивенсоном во время уборки заброшенной хижины владельца мумифицированного пальца ноги: по информации редакции novate.ru, самым вероятным его оибладателем был некто Луи Линкен, который в 1920-х годах с братом пережидал метель в хижине и выжил, но вынужден был отрубить отмороженный палец. Правда, причины, по которым палец решили отправить в алкоголь, и превратить питье напитка этого в традицию, так доподлинно и неизвестны.

4. «Зелёная Фея» — это, вероятно, клевета на абсент

Под таким милым названием на самом деле скрывается весьма печальный эффект, который много лет якобы вызывало употребление абсента. По сути, «приход Зелёной Феи», как говорили на Западе, можно считать вариантом русского «прихода белочки», потому что из-за употребления алкоголя у людей начинались яркие галлюцинации. Причиной этого состояния считают туйон: конкретное химическое соединение, которое есть в горькой полыни — ключевом ингредиенте абсента.

Проблема этой легенды в том, что токсичное воздействие туйона обычно проявляется в виде судорог, а вот о психоделическом эффекте *(психоделический эффект — это результат воздействия психоактивных веществ, которые изменяют работу мозга, восприятие реальности и эмоциональное состояние — Прим. ред.)* исследовательских данных нет. Абсент же выбрали в качестве мишени в информационной кампании против алкоголя, потому что он был очень мощным напитком и действительно оказывал тяжёлое токсическое влияние на людей. Собственно, поэтому его много лет и запрещали, но вот осуждать его как единственного источника «Зелёной Феи» всё-таки было бы преждевременно.

5. Новозеландский сухой запрет проиграл референдум из-за солдат

В 1911 году сухой закон активно пытались внедрить в стране с помощью общенационального голосования. И тогда движение за трезвость победило с результатом в 55,8% голосов. Запрет ввели, а через 8 лет голосование нужно было повторить, и сухой закон вроде как опять выиграл при 246 тыс. голосов «за» и 232 тыс. «против». Вот только к тому моменту около 40 тыс. военнослужащих ещё не вернулись в страну после Первой мировой. Когда им дали возможность проголосовать, то примерно 32 тыс. солдат и офицеров выступили против продления, и запрет проиграл. Приверженцы сухого закона предприняли ещё одну попытку, запустив новое общенациональное голосование и изменив в проекте пару пунктов, но потерпели поражение и в этом референдуме.

МИР ВОКРУГ НАС

ЗДЕСЬ ПРОШЛОЕ ПЕРЕПЛЕЛОСЬ С НАСТОЯЩИМ

24 часа в Гранаде, Испания.

Город Гранада, вызывающе возвышающийся у подножия гор Сьерра-Невада, находится на высоте 738 м над уровнем моря, но всего в часе езды от побережья Средиземного моря.

Здесь трудно не заметить укрепленный дворец Альгамбра, который возвышается над городом с вершины древнего холма. Он был построен в 889 году для последних мусульманских эмиров Испании и двора династии Насридов на остатках римских укреплений, но в течение сотен лет его практически не замечали, и он пришел в упадок.

Однако дворец, представляющий собой великолепный образец исламской архитектуры, в XIII-XIV веках был реконструирован с целью создания «рая на земле».

Выделите несколько часов, чтобы прогуляться по пышным водным садам, роскошным дворцам и внутренним дворам.

Альгамбра, внесенный в список Всемирного наследия ЮНЕСКО, состоит из трех частей: замка, дворца и жилой пристройки. Каждый день его посещают около шести тысяч туристов.

Центральным элементом Альгамбры является Двор львов, представляющий собой буйную смесь мавританского и христианского влияния, разделенный на четыре части, каждая из которых символизирует одну из четырех частей света.

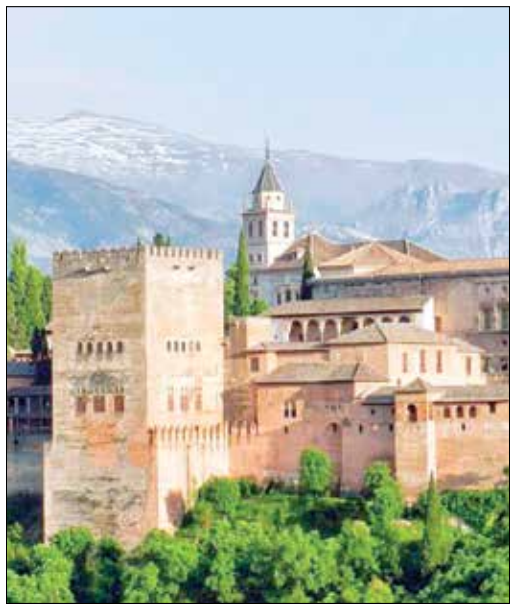
Каждая часть орошается водным каналом, представляющим четыре райские реки, а в центре находится Львиный фонтан – великолепный алебастровый бассейн, поддерживаемый фигурами двенадцати львов из белого мрамора. Каждый час фонтан наполняется разными львами.

Недавно он был восстановлен в прежнем великолепии и служит неким олицетворением всей технической концепции Альгамбры: разнородные человеческие и конструктивные впечатления объединяются в прекрасное целое. В этом смысле он также может рассматриваться как подходящая эмблема для всего города.

Под властным взглядом Альгамбры располагается яркое разнообразие лавок и магазинчиков в стиле сук *(в арабском и персидском контексте слово «сук» означает рынок, базар, поэтому «в стиле сук» означает оформление или дизайн в восточном стиле, напоминающем восточные базары – Прим. ред.)* кипит энергией.

Для любителей поесть

Арабские пекарни манят прохожих обещаниями липкой сладкой выпечки, политой медом. Здесь есть кальян, ковры и больше благовоний, чем вы можете себе представить. Уличный артист играет на мандолине, в киоске продают чуррос – традиционную испанскую и латиноамериканскую сладость, жареное тесто в виде длинных палочек или спиралей, посыпанное сахаром, на мавританском ситце есть даже изображения быка с тиснением испанского национального флага. Это как миниатюрный Марракеш *(Марракеш – один из крупнейших и древнейших городов Марокко, основанный в XI веке. Его называют «Красным городом» за цвет стен и зданий. Это культурная столица страны, где сочетаются восточные базары, дворцы, мечети и сады. с латиноамериканским уклоном – Прим. ред.).*



На Пасео дель Падре Марион – большой площади, расположенной прямо под Альгамброй, находится множество баров под открытым небом. Примерно в 7 часов вечера зажигаются прожекторы, освещая крепость сверху и создавая грандиозное зрелище.

Практически во всех барах и ресторанах Гранады к каждому купленному напитку бесплатно подаются традиционные испанские закуски тапас.

Само слово тапас происходит от испанского tapar – «накрывать»: изначально кусочек хлеба или сыра клали на бокал вина, чтобы защитить напиток от пыли и насекомых. Нередко на тарелках приносят хамон, монтадитос (мини-бутерброды), с ломо (свиная вырезка медленного приготовления) и сыр манчего. Среди блюд, которые можно получить бесплатно, также часто встречается паэлья – знаменитое испанское блюдо из риса, приготовленного с овощами, мясом или морепродуктами, и рабо де торо (медленно приготовленный бычий хвост).

Обязательно отдохните

Многочисленные кальянные в старом городе предлагают идеальную передышку после дня осмотра достопримечательностей и чрезмерных возлияний, поэтому не стесняйтесь зайти туда и уютно устроиться на мягкой мебели.

Их огромное количество также гарантирует высокое качество: огромный выбор чая и вкусов кальяна.

Если потягивание мятного чая и кальяна вам не по вкусу, ночная жизнь Гранады, поддерживаемая толпами туристов и местных жителей, любящих вечеринки, а также многочисленным университетским населением *(в городе находится Университет Гранады – один из крупнейших и старейших университетов Испании, основанный в 1531 году императором Карлом V. Сегодня в нём обучается более 60 000 студентов, и он считается четвёртым по величине университетом страны – Прим. ред.)*, начинает бурлить около полуночи и продолжается до 6 утра.

Чудесные виды

Начиная от самого сердца старого мавританского города, поднимайтесь вверх по любой из узких параллельных улочек на протяжении чуть менее километра, пока не дойдете до Callejon Atarazana Vieja – узкой исторической улочки в районе Альбайсин – старинного арабского квартала, включённого в список Всемирного наследия ЮНЕСКО. Она расположена рядом с площадью и смотровой площадкой Мирадор де Сан Николас, мечетью Гранады и церковью Сан Николас

Это в меру сложная прогулка, но усталость и неприятные ощущения будут забыты, как только вы полюбуетесь открывающимися с этой потрясающе красивой площади прекрасными панорамными видами на находящийся прямо напротив дворец Альгамбра, шумный город внизу и вершины гор Сьерра-Невада вдали.

В качестве дополнительного бонуса в двух шагах от площади находится бар El Huerto de Juan Ranas, который может похвастаться такой же террасой в саду, как на фотографии выше. Зайдите туда, откиньтесь на спинку кресла и насладитесь заслуженным освежающим напитком, любуясь видами, открывающимися с этого живописного места. Если позволит время, вы также можете посетить блошиный рынок на площади, где продаются различные благовония и безделушки в стиле хиппи-шик. Поблизости также есть несколько привлекательных тапас-баров.

НЕРАЗГАДАННАЯ ТАЙНА ПЕРУ, ИЛИ КАК ИНКИ ОПЕРЕДИЛИ СВОЕ ВРЕМЯ В АРХИТЕКТУРЕ

Ольянтайтамбо – город инков XV века, расположенный в Священной долине инков в Перу, на высоте почти 2700 метров над уровнем моря. Он пользуется популярностью у туристов, желающих познакомиться с древней историей Перу. Это одно из старейших населённых поселений в Южной Америке и прекрасный образец инкской архитектуры.

Что расположено внутри?

Комплекс состоит из двух частей: деревни Ольянтайтамбо и руин королевского поместья императора инков Пачакути. Ольянтайтамбо – это небольшой горный город с мощёными улочками и глинобитными домами.

В Ольянтайтамбо также находится инкская крепость XV века, крупнейшая и наиболее хорошо сохранившаяся в своём роде. Крепость окружена террасными склонами холмов, которые использовались для создания сельскохозяйственных угодий. Руины королевского поместья Пачакути включают храм, дворец и другие сооружения. Эти руины расположены на вершине холма, возвышающегося над долиной. Отсюда посетители могут насладиться захватывающими дух видами и потрясающими горами этого волшебного места.

Как был построен Ольянтайтамбо?

Ольянтайтамбо – древняя крепость инков, построенная в XV веке в составе империи Тауантинсуйо. Она очень хорошо сохранилась, как и ее внушительные каменные стены и террасы.

Строительство Ольянтайтамбо началось во времена правления девятого правителя инков, Пачакутек Юпанки. Пачакутек отвечал за расширение империи инков и приказал построить Ольянтайтамбо как военную крепость и религиозный центр. Крепость была построена на склоне горы и была спроектирована так, чтобы её было легко оборонять. Она была построена из массивных каменных блоков, доставленных из близлежащих горных карьеров. Блоки были идеально подогнаны друг к другу и соединены без использования раствора, в классическом стиле инкской каменной кладки.

Самая впечатляющая достопримечательность Ольянтайтамбо – это его террасы, построенные для дополнительной защиты крепости. Террасы были построены из сотен каменных блоков и представляли собой ряд ступенчатых уровней. Они использовались для создания искусственного ландшафта и защиты крепости от наводнений и оползней. Террасы также использовались для выращивания сельскохозяйственных культур и хранения воды.

В Ольянтайтамбо есть несколько других впечатляющих объектов, таких как дворец и Врата Солнца, расположенные на самой высокой точке руин. Врата Солнца служили входом в королевскую усадьбу, и, как полагают, правители инков использовали их для входа на территорию усадьбы.

Дворец служил резиденцией правителей инков и был спроектирован с расчётом на роскошь и богатство. Храм был посвящён богу Солнца Инти и служил местом поклонения и духовного наставничества. Храм Солнца использовался для наблюдения за солнцем и его движением, а также для определения религиозных и сельскохозяйственных праздников инков.

Ольянтайтамбо демонстрирует впечатляющее инженерное и архитектурное мастерство инков.

Интересные факты о руинах Ольянтайтамбо

Руины Ольянтайтамбо поистине завораживают и таят в себе множество интересных фактов для изучения. Так, Ольянтайтамбо, в составе «Исторического района Куско», внесен в список Всемирного наследия ЮНЕСКО. Они считаются одним из важнейших археологических памятников Перу и свидетельствуют о высоком инженерном и архитектурном мастерстве инков.

Город состоит из двух основных частей. Первая – это террасные склоны холмов, использовавшиеся в сельскохозяйственных и военных целях. Вторая – крепость, служившая резиденцией императора инков и его двора. Крепость состоит из трёх массивных, соединённых между собой каменных сооружений и окружена сетью оборонительных стен и башен.

Ольянтайтамбо – популярная туристическая достопримечательность. Посетители могут исследовать террасные склоны холмов, крепость и близлежащую Тропу инков. Руины также предоставляют прекрасную возможность познакомиться с историей и культурой народа инков.

Этот город был местом знаменитой битвы между инками и испанцами во время испанского завоевания. Инки потерпели поражение, но их мужество и самоотверженная защита города стали важным символом культурной и национальной гордости для народа Перу.

Ольянтайтамбо – захватывающее место с богатой и долгой историей. От строительства императором инков до роли Ольянтайтамбо в испанском завоевании – руины Ольянтайтамбо могут многое рассказать нам о прошлом. Ольянтайтамбо – живой пример архитектуры инков.

ОСТРОВ, ГДЕ ВАС УЖЕ ЗНАЮТ: ЧЕМ ОТЛИЧАЮТСЯ ОТЕЛИ С ИСТОРИЕЙ ОТ ТРЕНДОВЫХ КУРОРТОВ

Когда все меняется со скоростью света, особенно ценно оказаться в месте, где время умеет останавливаться. В отеле с историей вас не просто встречают, вас помнят.

Каждый год на Мальдивах открываются новые курорты. Все они яркие, модные, с впечатляющим визуалом и красивыми промороликами. Они делают ставку на «вау-эффекты»: стеклянные ванны над лагуной, эстетичные бранчи, спа с нейросетями, подводные музеи. Все красиво, но временами — слишком.

На фоне постоянной гонки за уникальностью особой ценностью становится нечто совсем другое: спокойствие, надежность, традиция. То, что невозможно запустить заново. То, что создается не концептом, а временем.

Именно поэтому отели с историей продолжают оставаться популярными — даже в эпоху, когда визуальный тренд важнее удобства, а контент для соцсетей важнее настоящих впечатлений. Это места, которые не нужно переизобретать, потому что они изначально были сделаны хорошо — так сказать, для своих.

Здесь знают, что по-настоящему важен не только красивый завтрак, а то, как вам его подадут — без слов, в нужное время, с пониманием привычек. Здесь вас не просто «обслуживают» — вас узнают, даже если вы приехали впервые. Здесь нет агрессивной роскоши — только тихий, сдержанный комфорт, выверенный годами.

И если вы хотя бы раз отдыхали в таком отеле, то понимаете: этот опыт ничем не заменишь. Это как вернуться в место, где все дышит уважением к вашему покою. И где вы — не просто гость, а часть долгой, красивой традиции.

Новые курорты: красиво, свежо, технологично

Нельзя отрицать — новые мальдивские курорты умеют впечатлять. Они предлагают эффектную архитектуру, бесконечные бассейны на крыше, дизайнерскую мебель, цветовые концепции «в тон рассвету» и кухни от гастрономических звезд. Все продумано до мелочей, до пикселя, до последнего лайма на коктейле.

Здесь гости часто увидят глянцевую эстетику, умные системы в номерах, проекторы на потолке, цифровые SPA-планы и welcome-наборы (буклет о сервисе, карта/инструкция, пробники или подарки, скидочные купоны, сувениры с ароматами, которые подбираются индивидуально). Эти отели умеют удивить: они на слуху, обсуждаются, и действительно — иногда хочется чего-то нового, экспрессивного, другого. Особенно если вы впервые на Мальдивах.

Но что-то в них остается... незавершенным. Когда первый «вау-эффект» проходит, вы вдруг замечаете, что сервис здесь не пропитан годами. Что все красиво, но пока что без души. Есть ощущение,

что вас ведут по сценарию. Вам предложат активные мероприятия, ужин, экскурсию, но не почувствуют настроения. Не запомнят, что вы не любите лед в бокале, и не угадают, что сегодня вы хотите тишины, а не разговоров.

И вы вдруг понимаете, что визуальные решения — не равно атмосфера. Что продуманный интерьер — не равно ощущение уюта. Что отель с именем — еще не всегда отель с характером.

Отели с историей — когда все сразу на своих местах

Когда вы приезжаете на такие курорты, ничего не нужно объяснять. Здесь уже знают, что вы предпочитаете чай с лимоном, а не кофе. Что по вечерам вы не хотите пойти на шоу, а предпочитаете книгу и бокал вина. А ваши утренние ритуалы — не для «сторис» *(слово «сторис» — это русифицированная форма английского stories, означающее короткие публикации, которые исчезают через 24 часа. Чаще всего используется в Instagram, но формат давно распространился и на другие платформы — Прим. ред.)*, а для покоя.

Отели с историей — редко про глянцевую картинку. Это про выстроенный годами ритм, в который легко войти и который сложно забыть. Про персонал, который работает тут десятилетиями. Про ритуалы, которые не написаны в брошюре, но живут в атмосфере. Про то, как поворачивается ключ в старом дверном замке, и как сразу становится комфортно — даже в 30-градусную жару!

Таким местом, например, является Baros Maldives — бутик-курорт, который работает с 1973 года. За полвека он стал не просто популярным — он стал легендарным. Курорт не меняет концепцию каждый сезон и не устраивает перезапуски, потому что ему не нужно переизобретать себя: он с самого начала был сделан правильно.

Baros не устраивает карнавала впечатлений — здесь все изысканно, приватно и продумано до мелочей. И если вам захочется чуть больше, чем тишины и океана, у острова есть особые способы удивить. Не громко, а утонченно.

Состояние невесомости: флотация и погружение

В Serenity Spa, спрятанном в пышной зелени в самом сердце острова, создана процедура «Флотация и Погружение» — редкое сочетание островной философии и научного подхода к расслаблению. Флотацией называется состояние невесомости вне времени и пространства, а погружение способствует расслаблению тела, мышц, связок и сухожилий, воздействует на эмоциональный уровень: происходит полная ментальная перезагрузка, а также благоприятно влияет на состояние кожи. Сначала — терапевтическая сессия прямо в теплой лагуне. Потом — 90 минут массажа с маслами, приготовленными из растений местного ботанического сада. Это не просто спа — это медленное, мягкое возвращение в свое тело. И, возможно, лучшая форма «перезагрузки» после городской жизни.

Круиз на лодке: как плавать красиво

Если вы мечтали о путешествии по океану без лишнего, вас ждет nooma — настоящая мальдивская парусная лодка, построенная по образу и подобию традиционной «дони» *(в Индии, на Мальдивах и в Шри-Ланке — это деревянная лодка, которую используют рыбаки и местные жители. На Мальдивах «дони»— культовый тип судна, часто с парусом или мотором — Прим. ред.)*. На борту — соломенная крыша, лаунж-зона, спальная каюта, персональный дворецкий и ужин в любом стиле: мальдивском, ланкийском или индийском.

Nooma не просто возит — она уносит от всех тревожных мыслей. В ощущение спокойствия. В ритм ветра и в атмосферу острова, где не было моторов и шума, только парус и тишина.

Ботаническая прогулка: не просто пальмы

Остров когда-то был кокосовой плантацией. С годами он превратился в пышный ботанический сад, где вы увидите более 100 видов растений: от местных эпифитов *(эпифиты — это растения, живущие на стволах, ветвях или листьях других растений, чаще всего деревьев. Они не забирают у «хозяина» питательные вещества, поэтому не считаются паразитами — Прим. ред.)* до редких целебных деревьев, собранных вручную со всего света.

Ботаническая экскурсия Baros может стать неспешным, почти поэтичным приключением. Вы узнаете, какие деревья лечат мигрень, как пахнет кора «пляжной кордии», зачем трогать листья фигового дерева и как растения влияют на экосистему острова.

Сегодня нам предлагают слишком много всего: яркие маршруты, активные занятия, максимум впечатлений. Но чем насыщеннее мир вокруг, тем ценнее становится отдых, который ничего не требует взамен. Не диктует, а просто дает пространство, в котором можно быть собой и отдохнуть душой, отключиться от всего. И отдых в Baros — как раз об этом.

В особенности это чувствуется на новой вилле Baros Retreat, которая сочетает приватность с высоким уровнем сервиса. Сюда можно приехать с близкими, чтобы отключиться от всего и провести время без спешки. Просторная терраса, собственный бассейн, ужины под открытым небом, любимые книги на шезлонге, тишина джунглей, и океан всего в нескольких шагах.

Главное преимущество уединенного легендарного острова вроде Baros — в том, что вам ничего не нужно «доказывать» или «добирать». Все необходимое уже есть: теплое море, внимательный персонал, природа, уважающая тишину, и сервис, выверенный годами.

Baros — это не просто отель, а островной микромир, где каждая деталь работает на ваше спокойствие. Здесь не нужно выбирать между природой и комфортом, между роскошью и экологичностью, между приватностью и уровнем сервиса. Все уже сбалансировано. Это редкий пример места, где нет ни суеты, ни компромиссов. Где остров остается островом — тихим, зеленым, неспешным — даже спустя десятилетия.

Пожалуй, именно в этом и заключается главное преимущество легендарных отелей, стоявших у истоков Мальдив: они не старается быть «лучше» — они остаются собой. Близкими по духу, теплыми, узнаваемыми. Это курорты, куда возвращаются не за новизной, а за покоем, который невозможно воссоздать на новых территориях. Это остров, где вас не просто узнают — вас чувствуют.

И, возможно, именно в этом — секрет их вечной привлекательности. Мир меняется, появляются новые концепции и громкие премьеры, но настоящая душевность не устаревает. Отели с историей дарят тот самый редкий опыт, который нельзя купить трендами или технологиями — ощущение возвращения туда, где вам по-настоящему рады. И каждый, кто хоть раз испытал это чувство, понимает: такие места остаются с вами навсегда. И чем дольше живёт такой отель, тем сильнее его характер и тем глубже его связь с гостями. Ведь история, вплетённая в каждый уголок острова, создаёт атмосферу, которую невозможно повторить ни в одном новом курорте.

ТАЙМ-АУТ

ВОПРОС — ОТВЕТ

Чем заяц отличается от кролика?

Прежде всего, размерами и повадками. Все породы домашних кроликов произошли от дикого европейского предка. Заяц-беляк весит 3–5,5 кг, русак — 4–7 кг, в то время как дикий кролик — 1,6–2,5 кг (хотя домашние весят до 10 кг). Лапы и уши у кроликов короче, чем у зайцев. Заметны и различия в поведении: кролики роют норы и держатся в основном вокруг них, а зайцы не имеют постоянных убежищ и кочуют по обширной территории. Крольчата рождаются голыми и слепыми, а зайчата — зрячими, в шерстке и довольно самостоятельными. Вообще же семейство зайцевых объединяет более десятка родов и несколько десятков видов, на зайцев и кроликов их делят условно.

Чем «разговаривают» муравьи?

Муравьи имеют свой особый язык, при помощи которого они предупреждают друг друга об опасности, объясняют, где искать пищу, побуждают к сбору в муравейнике, к обслуживанию «царицы», к выкармливанию молоди. «Словами» для муравьев является не что иное, как химические вещества, называемые феромонами. Они вырабатываются экзокринными железами, то есть железами наружной секреции. Во время передвижений муравьи-разведчики оставляют следы, содержащие феромоны, причем каждой ситуации соответствует определенная их концентрация. Сталкиваясь с такими следами, рабочие муравьи получают четкую установку, что именно в данный момент им следует делать. Причем на запах феромона реагируют муравьи определенного вида.

Другие виды муравьев «говорят», соответственно, на другом языке. Надо сказать, что даже мертвый муравей вырабатывает феромоны. Рабочие муравьи ухаживают за ним, как за живым. Даже его полная неподвижность не смущает сородичей. И только лишь через несколько дней запах, издаваемый продуктами разложения, побуждает их вынести его на «погост». В состав продуктов разложения входят некоторые жирные кислоты и эфиры, и если этими веществами смазать, например, живого муравья, то его обязательно отнесут на кладбище. И сколько бы он оттуда ни возвращался, этого несчастного тут же удалят обратно. Так будет продолжаться до тех пор, пока с его тела не сойдет характерный запах.

Когда появился марш «Прощание славянки»?

Военный капельмейстер и композитор Василий Иванович Агапкин за свою долгую жизнь создал немало музыкальных произведений, но самым популярным из них, безусловно, является марш «Прощание славянки».

В 1912 году началась первая Балканская война. Героизм и отвага болгар, восставших против Турции, вдохновили композитора. Осенью 1912 года на тихой Гимназической улочке Тамбова родился марш «Прощание славянки». Под звуки этого марша идущие на фронт военные эшелоны провожали и в Первую мировую, и в Великую Отечественную. Эта музыка, созданная 28-летним композитором, стала широко известной и любимой. Многие поэты писали к этому маршу стихи.

OKTIME CONSTRUCTION
ДИЗАЙН И РЕМОНТ
• BATHROOM
• KITCHEN
• BASEMENT
УСТАНОВКА ПЛИТКИ, ПАРКЕТА, ЛАМИНАТА, САНТЕХНИКИ, ЭЛЕКТРИКИ И ФИНСКИХ САУН. ПОКРАСКА ДОМОВ И ДЕКОВ.
19 ЛЕТ В БИЗНЕСЕ
Мы побьём любую письменную смету от конкурентов
КАЧЕСТВО ГАРАНТИРУЕМ
WWW.OKTIME.US
LICENSED AND INSURED
LICENSE #2101183840
ВЛАДИМИР КАШИН
248-990-5544 • 586-676-8662

РАБОТА ПО УХОДУ
на полный рабочий день
в разных районах штата Мичиган
248-909-9998

ДЕНИС — Ваш надежный личный водитель!
• Детройт и пригороды
• Дальние поездки
• Аэропорт
• Групповые трансферы
• Постоянные маршруты
Toyota Sienna (до 6 пассажиров)
248-688-7210

Мы надеемся, что эта реклама Вам не понадобится
СПЕЦИАЛЬНЫЕ ЦЕНЫ НА НЕКРОЛОГИ
248-206-9707

На кладбище Свято-Владимирского Православного Храма
ИМЕЮТСЯ МЕСТА ДЛЯ ЗАХОРОНЕНИЯ

За подробной информацией о продаже обращайтесь по тел.:
734-475-4590
Или По электронной почте:
cemetery@stvladimiraami.org
www.stva2.org

ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

Клининговая компания приглашает мужчин на постоянную работу в ночную смену для уборки на мясокомбинате

Зарплата от $170/день и выше
Выплаты еженедельно

Ночная смена: с 11:00 PM до 5:00 AM
с понедельника по пятницу
+ суббота и воскресенье

Возможность карьерного роста
Знание английского не обязательно
Официальная работа (W-2)

Место работы: Детройт
Требуется право на работу в США, 18+
Обучение предоставляется
Звоните или пишите SMS: 313-744-0805

Приглашаем вас в 18 Nails!

Оцените стильные и ухоженные ногти:

- Классический и гелевый маникюр и педикюр
- Дип-пудра и наращивание ногтей
- Дизайны на любой вкус

Приходите за красотой и расслаблением!

28382 Franklin Rd, Southfield, MI
(248) 590-0835
@18_nails_jf

СЕРВИС ПО УБОРКЕ ДОМОВ ПРЕДЛАГАЕТ РАБОТУ ЖЕНЩИНАМ,

которые умеют уверенно пользоваться тряпкой, шваброй и пылесосом

ЖДЕМ ВАС!
313-899-0120

clouds accounting

TAXES 2025

- Lower tax payments
- High refund for families
- Higher EIC
- Refunds for rent, heat, and mortgage interest
- Assistance with1099-NEC and business deductibles

IRS Authorization in all 50 States. Many satisfied clients.
New Clients are Welcome

Please call/txt (248)890-0624 • www.cloudsaccounting.com

СДАЕТСЯ В АРЕНДУ

СВЕТЛАЯ И ПРОСТОРНАЯ КОМНАТА ДЛЯ МАСТЕРА МАНИКЮРА И ПЕДИКЮРА.

В ПОМЕЩЕНИИ:
рабочий стол, педикюрное кресло, удобные тумбы-органайзеры для хранения инструментов и материалов.

Downtown Rochester

Тел.: 248-703-7246

Rescue Techs

Installation and Repair Services

$50 OFF

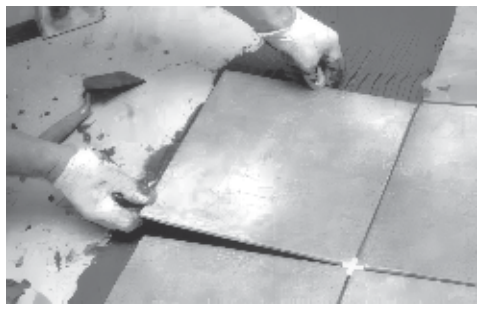
Available Services

- PC Install & Repair
- WIFI Configurations
- TV Install & Repair
- Thermostats

Call Now:
248-464-1767
248-388-2244

УСЛУГИ ПЛИТОЧНИКА

Укладка плитки любой сложности



ВАННЫЕ КОМНАТЫ, КУХНИ, ПОЛЫ

586-335-5194 Олег

КАЧЕСТВО • АККУРАТНОСТЬ • ОПЫТ

ИЩЕМ ВОДИТЕЛЕЙ ТРАКА (DRY VAN)!

Транспортная компания приглашает к сотрудничеству водителей Dry Van trailer.

- ✓ Оплата: **$0.65** за милю
- ✓ Стабильная зарплата
- ✓ Полная занятость
- ✓ Дружный коллектив и поддержка

Локация: South Lyon, MI

Звоните: +1 (248) 797-8008 • +1 (248) 795-8851

ЖИВОЙ ЯЗЫК

КОФЕ, НАЗВАННЫЙ В ЧЕСТЬ СОЛДАТ: 5 ВЕЩЕЙ С ИНТЕРЕСНЫМ ИСТОЧНИКОМ ДЛЯ ИХ НАИМЕНОВАНИЯ

Ежедневно мы сталкиваемся с массой вещей, и многие из них привычны не только в пользовании и свойствах, но и в названиях. Однако мало кто из нас задумывается, откуда взялись эти наименования. И напрасно — частенько названия знакомых для нас вещей таят в себе интересную и часто нетривиальную историю своего создания.

1. Кофе «Американо»

Несмотря на то, что кофе как напиток насчитывает много веков, одному из самых популярных ныне видов, «американо», не исполнилось даже столетия. Ведь он был создан в годы Второй мировой войны в Италии, хотя его название действительно имеет отсылку к Соединенным Штатам. А точнее, к их армии: так, солдаты, расквартированные на Апеннинском полуострове, быстро поняли, что популярный у местных жителей эспрессо обладает уж запредельной на их взгляд крепостью, ведь в США привыкли пить менее крепкий кофе. Итальянцы прислушались к своим заграничным клиентам и придумали новый вариант напитка, назвав его «Caffè Americano», то есть «американский кофе» — под этим именем он и стал известен во всем мире.

2. Гамбургер

Ещё один знаменитый продукт, который носит имя, связанное с конкретным местом — это «гамбургер». Его название действительно восходит к немецкому городу Гамбург. А причиной тому является тот факт, что около двухсот лет назад именно там огромную популярность среди местных приезжих работяг завоевали котлеты из рубленой говядины — тогда их называли более полным названием, «гамбургский стейк». Позднее же эту рецептуру завезли в США эмигранты из Европы, и они же развили концепцию просто котлеты до зажатой её в двух половинках булочки. И хотя свое триумфальное шествие по планете этот фастфуд начал с Америки, в названии сохранили изначальную родину этой котлетки.

3. Пижама

Трудно представить, но термин «пижама» был позаимствован из языка хинди: по информации редакции novate.ru, там слово «pajama» означает буквально «одежду для ног». Фактически же так называли свободные штаны с завязками на талии — часть одежды жителей Южной Азии. А примерно триста лет назад они стали через британских колонистов проникать в европейские и западные гардеробы. Правда, название стали применять несколько иначе: сначала ко всей домашней одежде, а позднее пижамой стал привычный нам костюм или рубашка для сна.

4. Панама

Если гамбургер популяризовали в одной стране, а в названии отдали дань месту создания, то с панамой все вышло с точностью да наоборот. На самом деле плетеные соломенные шляпки, защищающие от Солнца, придумали в Эквадоре — там технологию их изготовления освоили еще четыреста лет назад. Вот только в позапрошлом столетии этот головной убор начали экспортировать, и основным узлом торговли была Панама. Более того — огромную популярность шляпа завоевала у строителей Панамского канала, а когда в ней там же с визитом появился Теодор Рузвельт, то она стала известна уже на весь мир. Но так как ассоциировали ее уже не с Эквадором, то и название она получила соответствующее.

5. Коктейль Молотова

Если не знать историю термина «коктейль Молотова», то будет трудно понять, почему зажигательную смесь в бутылке и с текстильным фитилем назвали именно так. А дело было во время Зимней войны 1939–1940 годов между СССР и Финляндией. Последние имели меньше ресурсов, потому иногда боролись самодельными горящими снарядами. А вот название было фактически издевательством со стороны финнов над советским наркомом иностранных дел Вячеславом Молотовым, который публично говорил, что авиация его страны сбрасывает на Финляндию «гуманитарную помощь», а в реальности это были кассетные бомбы. Финны такие «подарки» именовали «хлебными корзинами Молотова», а когда им местные алкогольные заводы стали поставлять зажигательные смеси для поджога танков, их издевательски прозвали «коктейли для Молотова», но предлог журналисты-переводчики опустили, и осталось лишь «коктейль Молотова».

ХУЛИГАН И ДРУГИЕ: 5 ЗНАКОМЫХ ТЕРМИНОВ, КОТОРЫЕ ПРОИЗОШЛИ ОТ ИМЁН РЕАЛЬНЫХ ЛЮДЕЙ

У каждого слова есть собственная история появления, но далеко не всегда его придумывают с нуля. Например, какой-то предмет или явление может получить своё наименование в честь конкретного человека, например, их изобретателя. И ведь такая история найдётся не только в отношении каких-то научных терминов, а и совершенно привычных нам слов, многие из которых мы можем использовать каждый день.

1. Хулиган

В позапрошлом веке жил ирландец по имени Патрик Хулиган, и среди защитников общественного правопорядка он был довольно известной личностью. А всё потому, что постоянно этот правопорядок нарушал. Дебоширил Хулиган настолько часто и демонстративно, что о нём стали писать в газетах. И, судя по всему, публике очень нравилось читать полицейские отчеты о его «подвигах», причём настолько, что фамилия Патрика стала нарицательной для всех дебоширов, а точнее, хулиганов.

2. Саксофон.

Несмотря на то, что наименование саксофона по имени его создателя, Адольфа Сакса, кажется весьма логичным, идея эта принадлежала не самому изобретателю. Ведь он решил назвать своё детище, скорее, по-научному — «мундштучный офиклеид», но проблема была в том, что это мудрёное название мало кто мог легко и выговорить и запомнить.

Выход предложил друг Сакса, композитор Гектор Берлиоз. Когда он написал статью с презентацией нового инструмента, то окрестил его со ссылкой на создателя — «саксофон», и нет ничего удивительного в том, что именно этот вариант прижился в массовом сознании.

Неправильно перевели фамилию изобретателя — получили название для джакузи.

3. Джакузи

Название для ванны, в которой во время купания в воде создаются пузырьки, является неправильно адаптированной версией итальянской фамилии Якуцци, которая на языке оригинала пишется как Jacuzzi. Но именно глава этого рода Кандидо Якуцци, бывший инженером, создал эту самую систему, причём изначально для нужд собственных родственников. По информации издания novate.ru, один из младших представителей династии страдал болезнью, при которой врачи советовали гидротерапию. Тогда Якуцци-старший придумал насос, способный улучшить процедуру. Так в ванне и появились знаменитые пузырьки, названные так в честь их создателя.

4. Силуэт

Название такого вида однотонного изображения какого-либо объекта без деталей (как будто срисовали тень) связано с искусством карикатуры. Известно, что эту форму живописи использовали, чтобы в юмористической или уничижительной форме изобразить какого-то человека или его деятельность. В период правления Людовика XV мишенью для стала деятельность министра финансов Франции Этьена де Силуэта. Шаржи на него в виде тени без деталей были настолько популярными в народе, что именно его имя стало нарицательным для самой технологии изображения.

5. Пилатес

Во времена Первой мировой войны британские власти по понятным причинам с опаской смотрели на беженцев немецкого происхождения, поэтому многие из них оказывались в специальном лагере для интернированных. Условия в нем были настолько кошмарны, что у людей развилась так называемая «болезнь колючей проволоки» — по сути, психическое состояние, подобное депрессии, только в условиях заключения.

Помочь вызвался немецкий тренер Джозеф Пилатес, бывший боксёр, который прекрасно знал о положительном влиянии физических нагрузок на организм и настроение. Но так как лагерь был забит, то нехватку места он компенсировал созданием примитивного тренажёра на основе каркаса кровати.

Фишка изобретения, ставшего известным как «Кадиллак Пилатеса», была в том, что растяжку мышц и поддержку общего тонуса можно было делать, не вставая с постели. Эксперимент был так удачен, что Пилатес разработал собственную систему тренировок, которую назвал в честь себя.

РЕКЛАМА

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В SAINT TWINS DETECTIVE

НОВЫЙ ФОРМАТ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО ОТДЫХА ДЛЯ ДРУЗЕЙ И КОЛЛЕГ!

CONFIDENTIAL

DNA Analysis
Motive
Alibi
Confidential
Missing

Погрузитесь в **атмосферу расследования** — анализируйте улики, допрашивайте свидетелей, стройте версии и ищите виновного.

Игра разворачивается в формате **виртуального путешествия по городу**: вы будете перемещаться между локациями, получать новые факты и улики, решать **логические задачи** и действовать как настоящие детективы.

Top secret

КАЖДОЕ ДЕЛО — ЭТО НОВАЯ ИСТОРИЯ, ПОЛНАЯ ЗАГАДОК И НЕОЖИДАННЫХ ПОВОРОТОВ.

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ: ОКОЛО 2,5 ЧАСОВ

Команды от 2 до 6 человек
16+ (в связи с тематикой дел)
Предварительных знаний не требуется — только логика, наблюдательность и интуиция!

НОВОЕ ДЕЛО РАССЛЕДУЕМ 20 ФЕВРАЛЯ 2026, В 19:00

Craft Breww City,
27843 Orchard Lake Rd, Farmington Hills, MI

Подробности и регистрация: sttwins.com/detroit

M | LSA CENTER FOR RUSSIAN, EAST EUROPEAN, & EURASIAN STUDIES
UNIVERSITY OF MICHIGAN

CREES Noon Lecture Series

555 Weiser Hall
500 Church St, Ann Arbor

MAR 25 | Wednesday | 12:00–1:20 PM
A Global Perspective on Campaigns for Reproductive Rights: Insights from Soviet and Contemporary Russia
Michele Rivkin-Fish — Professor of Anthropology, University of North Carolina at Chapel Hill

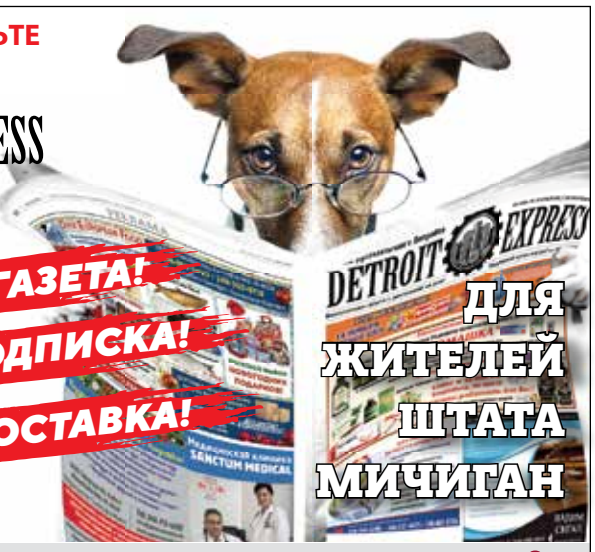
APR 15 | Wednesday | 12:00–1:20 PM
The Last Soviet Artist
Victoria Lomasko — Artist and writer

FOR MORE INFORMATION ABOUT OUR PROGRAMS AND ACTIVITIES PLEASE VISIT OUR WEBSITE:

ii.umich.edu/crees

ЗАПОЛНИТЕ И ОТПРАВЬТЕ КУПОН В РЕДАКЦИЮ:

DETROIT EXPRESS



БЕСПЛАТНАЯ ГАЗЕТА!
БЕСПЛАТНАЯ ПОДПИСКА!
БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА!

ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ ШТАТА МИЧИГАН

Подписывайся!

Хотите получать каждый выпуск газеты **DETROIT EXPRESS** **БЕСПЛАТНО** на домашний адрес?

Заполните и отправьте купон по адресу:
DETROIT EXPRESS
P.O. BOX 252571
West Bloomfield, MI 48325

LAST AND FIRST NAME / ФАМИЛИЯ, ИМЯ

STREET ADDRESS / НОМЕР ДОМА, НАЗВАНИЕ УЛИЦЫ, НОМЕР КВАРТИРЫ

CITY, STATE, ZIP CODE / ГОРОД, ШТАТ, ИНДЕКС

***PHONE NUMBER** / *НОМЕР ТЕЛЕФОНА (ОБЯЗАТЕЛЬНО)

***EMAIL ADDRESS** / *ЭЛЕКТРОННЫЙ АДРЕС

SIGNATURE / ПОДПИСЬ _____ **DATE** / DATA _____

*Subscription expires in 3 years. Must be renewed. You agree to be contacted by Detroit Express LLC with information on new products and services or upcoming events. I *Вы не возражаете быть осведомленным о новых продуктах, услугах и предстоящих событиях редакцией газеты Detroit Express LLC.

РЕКЛАМА

One World MARKET

42705 Grand River Ave 102B, Novi, MI 48375
248-374-0844
www.oneworldmarket.us

Добро пожаловать в крупнейший японский продуктовый магазин в Мичигане!

Широкий выбор свежих и высококачественных морепродуктов и рыбы.
У нас Вы можете найти все, что нужно для приготовления блюд японской кухни дома.
А также японская косметика и посуда!

Магазин
Понед-Суб: 9:00 am - 8:00 pm
Вскр: 10:00 am - 8:00 pm
Ресторан
Понед-Вскр: 11:00 am - 7:00 pm

Наш шеф-повар каждый день готовит свежайшие суши и ланчи Бэнто

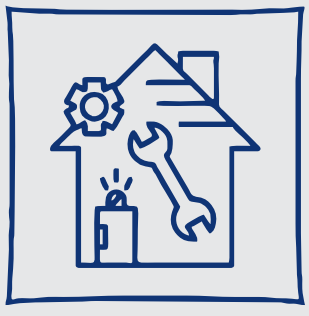
Позвоните, чтобы заказать суши:
248-374-0846

РЕМОНТ ДОМА И КВАРТИРЫ

Вам больше не нужно искать десятки мастеров.
Один телефон решит все ваши проблемы.

Мы выполняем широкий спектр работ:

- сантехника и электрика
- покраска и drywall
- плитка и ламинат
- showers и ванная комната
- паркет и лестницы



586-321-9003

Надёжно. Аккуратно. В срок.

Мы говорим на русском и украинском,
чтобы вам было удобно объяснить всё до мелочей.

GINZBURG TRAVEL, INC.

Worry Free Vacations to Mexico and Caribbean!

248-661-9969
ginzburgtravel@hotmail.com

APPLE VACATIONS